

Escalope de poulet cordon bleu, purée de pommes de terre aux oignons caramélisés

Recette pour 4

Description

Voilà une recette qui peut se définir de tels ou tels coins du monde suivant le fromage et la charcuterie utilisés.

Ingrédients

Escalopes de poulet

- 4 Unité(s) Poitrine de poulet
- 4 Tranche(s) Jambon blanc
- 4 Tranche(s) Fromage gruyère
- 250 Gr Farine
- 3 Unité(s) Oeuf
- 250 Gr Chapelure japonaise (panko)

Purée de pommes de terre

- 1 Kg Pommes de terre
- 2 Branche(s) Thym
- 1 Unité(s) Oignon
- 2 Litre(s) Bouillon de poulet

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

Mise en place

Étiquettez les haricots verts, les blanchir dans une eau bouillante et salée durant 4 à 5 minutes. Les égoutter et les rafraichir dans une eau glacée.

Épluchez et ciselez les échalotes, hachez le persil, ciselez finement les tomates séchées.

Escalopes de poulet

Réalisez une incision dans le flanc des poitrines de poulet, puis les ouvrir comme un portefeuille. Assaisonnez de sel et poivre, déposez une tranche de jambon au centre, ainsi qu'une tranche de fromage. Roulez légèrement la poitrine pour la refermer. Piquez à l'aide d'un cure-dent pour vous assurer de bien emprisonner la garniture.

Réalisez trois bacs pour paner les poitrines, un de farine, une d'Anglaise (vu en cours), un de chapelure. Passez chaque poitrine dans chacun des bacs dans l'ordre respectif ci-dessus.

Dans une poêle chaude avec de l'huile, colorez les cordons bleus dans la poêle. Assurez la cuisson finale dans le four durant 10 à 12 minutes.

Purée de pommes de terre

Dans une poêle chaude avec un peu d'huile d'olive, faites caraméliser la moitié de l'oignon avec le thym.

Dans une grande casserole, mettez les patates, couvrez d'eau froide et portez à ébullition. Laissez cuire pendant 20 minutes, ou jusqu'à ce que ce soit tendre. Égouttez les patates douces en prenant soin de conserver un peu de bouillon de cuisson.

Réduisez le tout en purée à l'aide d'une mixette ou d'un robot coupe. Ajustez la texture de votre purée avec un peu de bouillon de cuisson et une noix de beurre en prenant soin qu'elle reste assez ferme. Finissez en ajoutant les oignons caramélisés (sans la branche de thym).

Mise en assiette

Émincez l'escalope de poulet en trois ou quatre. Dans le centre de l'assiette, déposez un tapis de purée.

Déposez dessus l'escalope de poulet émincée. Finalisez avec un filet d'huile d'olive.

Bon appétit!