

Poulet sauce crémeuse à l'ail et moutarde, bébé épinard, tomates séchées, nid de tagliatelles au beurre - Version Atelier virtuel

Recette pour 2

Description

Un plat facile à réaliser qui sera ravir tout le monde !

L'astuce du chef

*** Attention avec les pâtes fraîches faites maison, la cuisson est beaucoup plus rapide (3 à 5minutes bien souvent).

Ingrédients

Ingrédients

- 2 Unité(s) Poitrine de poulet
- 0.50 Cuil. à soupe Moutarde de dijon
- 125 Ml Crème 35% à cuisson
- 65 Ml Bouillon de poulet
- 1 Cuil. à thé Poudre d'ail
- 35 Gr Parmesan râpé
- 1 Poignée(s) Bébés épinards
- 6 Unité(s) Tomates séchées

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Pâtes

- 150 Gr Tagliatelle
- 1 Unité(s) Oignon vert

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **40 mins**

Prévoir avant le cours VIDÉO

Ingrédients

Prévoir le bouillon de poulet, le garder sur le comptoir.

Matériels

- 1 Planche à découper + 1 Grand couteau (éminceur) + 1 Petit couteau (office)
- 1 Pince + Linges propres
- 2 Grandes casseroles (pâtes et poulet)
- 1 petite casserole (bouillon de poulet)
- 1 Passoire (pâte)
- 3 Cuillères à soupe

Mise en place avec le Chef

Dégraissez les poitrines de volailles si nécessaire, puis les couper en cubes.

Coupez l'oignon vert en biseaux (sifflets)

Ciselez finement les tomates séchées.

Poulet crémeux

Dans une grande casserole, faites revenir les cubes de poulet dans une huile d'olive chaude.

Assaisonnez de sel, laissez cuire durant 3 à 5 minutes de chaque côté. Ajoutez la moutarde, bien mélanger pour la cuire un peu, ensuite retirez le poulet de la casserole, le garder de côté.

Versez dans la casserole, la crème et le bouillon de poulet, l'ail et le Parmesan. Fouettez à feu élevé jusqu'à ce que le tout commence à épaissir.

Baissez le feu à moyen, ajoutez les épinards, les tomates et laissez mijoter quelques minutes, ajoutez le poulet dans la sauce, laissez doucement 4 à 5 minutes.

Tagliatelles

Dans une eau bouillante et salée, cuire les pâtes al dente, en moyenne c'est 6 à 8 minutes, ***vérifiez sur le paquet de pâte.

Les égoutter, laissez un filet d'eau froide dessus pour arrêter la cuisson.

Au moment de servir, passez les pâtes avec une belle noisette de beurre, les assaisonner de poivre.

Montage finition

Placez les pâtes dans une assiette creuse, avec la louche réalisez un nid.

Placez au centre le poulet à la sauce crémeuse, nappez aussi les pâtes sans trop exagérer.

Finalisez avec un oignon vert coupé en biseaux (sifflet).

Bon appétit!