

Poulet Stroganoff, paprika, champignons et poivrons rouges, pâtes aux oeufs et oignon vert - Version Atelier Virtuel

Recette pour 2

Description

Recette classique d'origine Russe, bien souvent réalisée avec des lanières de boeuf. Ici nous vous la présentons avec du poulet.

L'astuce du chef

La crème champêtre 15% peut très bien faire aussi dans cette recette.

Le choix des pâtes fraîches qui accompagne le poulet n'a pas grande importance, allez-y avec vos préférées.

Si la sauce réduit de trop et s'épaissit beaucoup, vous pouvez l'allonger avec de l'eau. dans ce cas-ci utiliser l'eau de cuisson des pâtes.

Ingrédients

Poulet Stroganoff

- 2 Unité(s) Poitrine de poulet
- 1 Cuil. à thé Paprika
- 1 Unité(s) Oignon Jaune
- 1 Unité(s) Poivron rouge
- 125 Gr Champignons de paris
- 1 Cuil. à thé Farine
- 250 Ml Bouillon de poulet
- 1 Unité(s) Citron
- 1 Cuil. à soupe Moutarde de dijon
- 75 Ml Crème 35% à cuisson

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Pâtes aux oeufs

- 250 Gr Fettucini
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Finition

- 0.50 Unité(s) Oignon vert

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **40 mins**

Prévoir avant le cours vidéo

Ingrédients

Assurez-vous d'avoir tous vos ingrédients.

Préparez votre bouillon de poulet, gardez-le au chaud.

Essuyez les champignons de Paris avec un linge légèrement humide si nécessaire. (terre, racine, noirceur)

Beurre, huile d'olive ou canola, sel et poivre

Matériels

1 planche, 1 grand couteau (chef), 1 petit couteau (d'office)

2 linges propres, cuillères à soupe, fourchettes

1 passoire (pâtes fraîches), 1 casserole (cuisson)

1 poêle ou wok

1 cuillère en bois, 1 paire de pince à pâte (facultatif)

Assiettes ou bols (découpes ou autres)

Mise en place avec le chef

Épluchez et émincez l'oignon, coupez en deux le poivron, le vider, puis le couper en mince lanières.

Émincez les champignons de Paris (lamelles). Pressez le citron, récupérez le jus.

Coupez la poitrine de poulet en lanières.

Ciselez en biseau l'oignon vert (sifflet).

Cuisson du poulet

Dans une poêle, avec de l'huile d'olive ou végétale, faites revenir les lanières de poulet. Une fois bien colorées, les débarrasser dans une assiette.

Dans la même poêle, ajoutez un corps gras si nécessaire, faite revenir l'oignon avec une belle pincée de sel, une fois légèrement caramélisé, ajoutez-y les champignons.

Bien mélanger, une fois bien tomber, ajoutez les lanières de poivrons, la moutarde et les morceaux de poulet, bien mélanger.

Faites sauter quelques secondes, saupoudrez la farine et le paprika, mélangez à nouveau (singer).

Ajoutez le bouillon de poulet, laisser cuire et réduire un peu, ajoutez la crème, poivrez et salez au besoin. portez à ébullition, puis baissez le feu.

Posez un couvercle dessus si la sauce réduit de trop. gardez au chaud jusqu'au service.

Cuisson des pâtes

Faites bouillir une grande casserole d'eau salée (10% en sel du volume d'eau).

Plongez-y les pâtes durant environ 7 à 10 minutes, suivant la cuisson que vous désirez.

7 à 8 minutes en général, vous obtiendrez des pâtes aldente.

Les égoutter et gardez une partie de l'eau de cuisson pour allonger éventuellement la sauce Stroganoff du poulet.

Montage de l'assiette

Dans une assiette creuse, déposez un beau nid de pâtes aux oeufs. Arrosez d'un filet d'huile d'olive si vous le désirez.

Déposez dessus le poulet Stoganoff, nappez de sauce et de garnitures.

Finalisez avec les sifflets d'oignon vert.

Bon appétit!