Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Aiguillettes de poulet panées au herbes, purée de butternut et cresson fontaine

Ingrédients

, 4 filets de poulet, 1 càs de thym, 1 càs d'origan, 100g de farine, 2 oeufs, 100g de chapelure, 1 butternut, 1l de lait, 50g de beurre, 1/2 càc d'arôme de vanille, 1 oignon, 1 gousse d'ail, Sel, poivre, 150g de cresson fontaine, 5cl de vinaigre de vin blanc, Huile d'olive, , ,

Préparation

Couper les filet de poulet en 4 aiguillettes et les passer successivement dans la farine, puis dans l'oeuf, puis dans la chapelure mélangée aux herbes. Enfourner au four préalablement préchauffé pendant 10 minutes. Laisser reposer hors du four pendant 5 minutes, puis enfourner à nouveau pendant 5 minutes.
Peler et hacher l'oignon et la gousse d'ail.
Peler le butternut et le détailler en tranches les plus fines possibles. Les cuire dans le lait avec l'oignon et l'ail. Une fois le butternut cuit, égoutter et conserver le lait de cuisson.
Mixer au mixeur plongeur, assaisonner et incorporer le beurre, la vanille et une partie du lait de cuisson pour avoir une purée lisse.
Laver et assaisonner le cresson avec un peu de vinaigre du sel et du poivre.
Servir le poulet aux herbes avec le butternut et le cresson.

Notes :