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

Aiguillettes de poulet panées aux herbes, purée à l'huile d'olive et cresson fontaine

Ingrédients

4 filets de poulet, 1 càs de thym, 1 càs d'origan, 1/2 bouquet de persil plat., 100g de farine, 2 oeufs, 100g de chapelure, 500g de pommes de terre bintje, 1l de lait, 5cl d'huile d'olive, Sel, poivre, 150g de cresson fontaine, 5cl de vinaigre de vin blanc, 10cl d'huile d'olive, ,

Préparation

Cuire les pommes de terre avec la peau dans l'eau frémissante salée. Une fois cuites, les peler et les écraser immédiatement. Ajouter le lait chaud petit à petit et finir avec un trait généreux d'huile d'olive. Goûter et rectifier l'assaisonnement, puis maintenir au chaud.
Hacher finement les herbes et les mélanger avec la chapelure.
Préparer 3 bols, un rempli de farine, un rempli avec l'oeuf battu, salé et poivré et le dernier avec la chapelure mélangée aux herbes.
Couper les filets de poulet en 4 aiguillettes et les passer successivement dans la farine, puis dans l'oeuf, puis dans la chapelure mélangée aux herbes. Enfourner dans un four préalablement préchauffé à 180°C pendant 10 minutes. Laisser reposer hors du four pendant 5 minutes, puis enfourner à nouveau pendant 5 minutes.
Laver et assaisonner le cresson avec un peu de vinaigre du sel et du poivre.
Servir le poulet aux herbes avec la purée et le cresson.

Notes :