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

Balottine de poulet farçie aux jeunes carottes

Ingrédients

2 filets de volaille, 200g de haché porc et veau, 4 jeunes carottes, 1 gousse d'ail, 1 échalote, Pili-pili, Sel, Poivre, Sucre, 20cl de fond de veau (glacé), 5cl de vin blanc, 100g de beurre, 1 oeuf,

Préparation

Entailler les filets dans la longueur afin de former des escalopes de poulet de forme carrée. Saler et poivrer. Déposer les escalopes sur un film alimentaire et en déposer un autre par-dessus. Entailler le côté plus épais et 'ouvrir' les filets en deux. A l'aide d'un marteau, aplatir le poulet pour avoir une escalope sans trous et uniforme.
Pour la farce :
Hacher l'échalote, l'ail et râper les carottes. Mélanger le haché avec les carottes, l'ail, l'oeuf et l'échalote. Saler, poivrer, pimenter et ajouter un peu de sucre.
Enlever le film supérieur et déposer un boudin de farce sur le poulet. Rouler l'escalope, afin d'obtenir un cylindre et bien l'envelopper dans un film alimentaire. Pocher la ballottine pendant 20 minutes dans l'eau frémissante. Enlever le film alimentaire et passer la ballottine à la poêle dans un voile d'huile d'olive. Saler, poivrer. Couper le poulet en biseau. Déglacer la poêle au vin blanc et ajouter un peu de fond de veau concentré. Ajouter une noix de beurre et la faire fondre en dehors du feu.

Notes :