

Aiguillettes de poulet sauce curry



Ingrédients – Convives : 2 – Temps total 18mn – Préparation : 10mn – Cuisson : 8mn



6 aiguillettes poulet



20cl crème liquide



1 càc de curry



Persil haché



150g champi. paris



2 càs H. d'olive



1 càc de poivre vert



Pincée de sel

Préparation

1. Faites revenir les champignons 15 min dans une poêle pour enlever l'eau.
2. Rajoutez la crème liquide et la cuillère de curry, remuez. Réservez le tout.
3. Rincez brièvement la poêle puis la huilez avec 2 càs d'huile. Mettre à feu vif.
4. Faites revenir les aiguillettes de poulet dans la poêle 2 min par face.
5. Versez la sauce curry avec ses champignons sur les filets de poulet et mettre à feu doux.
6. Parsemez le plat de feuilles de persil.
7. Garder au bain marie avant de servir.

Options :

- Remplacer la crème par de la moutarde à l'ancienne (avec des petits grains)
- Rajouter quelques grains de poivre vert entiers avec la crème.

* * * 20 novembre 2018 * * *