

Blanc de poulet au curry



- Pour : **4 personnes**
- Durée : **1 heure**

Ingrédients pour Blanc de poulet au curry :

- 2 gros blancs de poulet (300g /blanc)
- 10 cl de lait de coco
- 1/2 cube de bouillon de volaille
- 2 cuil. à soupe de curry en poudre
- 20 cl de crème liquide
- 15 g de beurre
- 50 g d'amandes effilées
- sel

- poivre

Blanc de poulet au curry :

- Faire chauffer le beurre dans une poêle. Pendant ce temps, saler, poivrer les blancs de volaille.
- Faire revenir quelques minutes les blancs de volaille sur les deux faces jusqu'à coloration.
- Réserver.
- Enlever l'excédent de beurre de la poêle.
- Mettre le curry et 1/2 cube de bouillon dans la poêle.
- Ajouter le lait de coco. Bien mélanger.
- Remettre la volaille dans la poêle et couvrir. Laisser cuire pendant 10 minutes à feu moyen
- Pendant ce temps, fouetter la crème liquide en chantilly.
- Ne pas serrer la crème, celle-ci doit être onctueuse mais pas ferme.
- Retourner les blancs de poulet à mi-cuisson.
- Dans une poêle anti-adhésive, faire griller à sec les amandes effilées jusqu'à coloration. Réserver.
- Une fois cuits, retirer les blancs de poulet de la poêle.
- Mélanger la crème fouettée à la sauce au curry. Sans trop mélanger, laisser réduire à feu moyen de moitié.
- Découper les blancs et disposer dans l'assiette. Ajouter la sauce puis les amandes
- Rectifier l'assaisonnement.
- Servir immédiatement.

Cailles aux deux raisins

- Pour : **4 personnes**
- Durée : **35 minutes**

Ingrédients pour Cailles aux deux raisins :

- 4 cailles prêtes à rôtir
- 2 grappes de raisins blanc et noir
- 1 bouquet garni
- 2 c. à soupe de fond de volaille
- 10 cl de vin blanc sec

- 100 g de beurre mou

Cailles aux deux raisins :

- Laver et peler les raisins.
- Placer une noisette de beurre salé et poivré dans chacune des cailles.
- Les faire revenir avec 20 g de beurre dans l'autocuiseur puis ajouter le sel, le poivre, le fond de volaille et le bouquet garni. Mouiller avec le vin blanc.
- Fermer l'autocuiseur et laisser cuire 9 à 10 min après la mise sous pression.
- Dès que la pression est retombée, ouvrir l'autocuiseur, déposer les cailles sur le plat et les réserver au chaud.
- Mettre le raisin dans la sauce et faire réchauffer sur feu plus vif.
- Lorsque le jus est sirupeux, incorporer le reste de beurre en remuant avec une cuillère en bois.
- Rectifier l'assaisonnement, napper les cailles et servir aussitôt.