

SUPREME DE POULET FRANC COMTOIS

- **Type de plat** : Plat principal
- **Difficulté** : Facile
- **Coût de la recette** : Raisonnable
- **Temps de préparation** : 1h
- **Temps de cuisson** : 50 min
- **Pays** : France - Philippe ETCHEBEST



Ingrédients pour 4 personnes

Ballotines de suprêmes

- **5 blancs de poulet, 1 pour la farce et 4 pour les ballotines**
(entre 120g et 150g chacun)
- **1 oeuf**
- **100 g crème épaisse**
- **50 g saucisse de morteau**
- **50 g Comté**
- **sel**
- **poivre**
- **du film alimentaire, (bien étanche)**

Sauce

- **20 g de beurre**
- **20 g de Maizena**
- **20 g de farine**
- **100 g fond de volaille**
- **100 g de crème épaisse**
- **vin blanc**
- **sel**
- **poivre**

Tuile au comté

+ ou - 100 g Comté râpé

Etapes de préparation

LA FARCE

- Couper en gros cubes 1 blanc de poulet (d'environ 120g-150g) mixer 10 sec / vit 6. Racler les parois et autour des couteaux à l'aide de la spatule.
- Ajouter l'œuf et mixer 10 sec / vit 5, racler de nouveau les parois.
- Ajouter la crème épaisse, sel et poivre et mixer 10 sec / vit 5
- Verser la préparation dans un saladier et ajouter la saucisse de Morteau coupée en petits dés et le comté coupé lui aussi en petits dés. Mélanger avec la spatule.

PREPARATION DES BALLOTINES

- Dédoubler les 4 blancs de poulet et les aplatir fermement. Saler et poivrer.
- Ajouter au centre de chacun la farce et les rouler. Puis à l'aide du film alimentaire former une ballotine. (4 au total) Rouler si besoin une 2ème couche de film alimentaire pour rendre bien étanche.
- Mettre à cuire dans une casserole d'eau 50 mn à feu doux

TUILE AU COMTE

- Mettre du comté râpé sur une feuille en silicone ou papier cuisson et dorer au four préchauffé à 180°C (fonction grill si possible) pendant 10-15 mn. Vérifier souvent la cuisson.
- Une fois doré sortir du four délicatement et mettre sur une grille

SAUCE

- Mettre dans le bol tous les ingrédients et programmer 4min / 100°C / vit 4
- Enlever le film alimentaire des ballotines et découper en rondelles (1 ballotine par assiette)
- Accompagner d'une salade verte et de risotto

