

ESCALOPES DE POULET À LA CRÈME ET CHAMPIGNONS

Recette par **Langues2chat**

Une recette basique et familiale.

Difficulté : **Facile** Coût : **Bon marché** Temps de préparation : **15 min**

Temps de cuisson : **15 min**

Ingrédients (4 personnes)

Pour le poulet

4 blancs de poulet
600 g de champignons de Paris émincés
1 demi oignon émincé
8 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
Huile
Sel
Poivre

Pour servir

250 g de riz basmati

Matériel

Poêle

Préparation

ÉTAPE 1 :

Faites cuire le riz selon les indications du paquet.

A feu vif, faire revenir les oignons ciselés dans une poêle avec un peu d'huile.

Quand les oignons commencent à suer, rajouter les champignons émincés. Laisser cuire à feu vif, puis débarrasser le tout sur une assiette.

ÉTAPE 2 :

Mettre les escalopes dans la poêle, les faire dorer sur tous les côtés puis laisser cuire quelques minutes.

Remettre les oignons et les champignons cuits dans la poêle, ajouter la crème fraîche, le sel, le poivre et la muscade.

Laisser mijoter à feu moyen jusqu'à ce que la crème fraîche réduise un peu. Servir chaud avec le riz.



Conseils

Il est important de respecter la cuisson en deux temps. La noix de muscade râpée relève très légèrement le goût et se marie bien avec la crème et les champignons.