

Escalopes de poulet à la crème et champignons



30min



Facile



Bon marché

Par [Langues2chat](#)



Une recette basique et familiale.

Ingrédients

4 personnes

Pour le poulet

4 blancs de poulet
0,5 oignon
Huile
Poivre
50 g de farine

500 g de champignons de Paris
20 cl de crème fraîche épaisse
Sel ou sel fin
Noix de muscade

Pour servir

Riz basmati

1 bouquet de ciboulette

Matériel

Couteau d'office
Planche à découper
Bol(s)

Passoire
Poêle

Préparation



Préparation : **15min**



Cuisson : **15min**

1

Faites cuire le riz selon les indications du paquet.

Coupez les filets de poulet dans l'épaisseur pour les rendre plus fins. Passez-les dans de la farine salée et tapotez pour retirer l'excédent.

Ciselez le demi-oignon et coupez les champignons en tranches après avoir retiré le pied terreux et essuyé les chapeaux à l'aide de papier absorbant.

A feu moyen, faites revenir l'oignon ciselé dans une poêle avec un peu d'huile d'olive.

Quand l'oignon a sué, ajoutez les champignons émincés.

Faites cuire à feu entre moyen et vif pendant quelques minutes. Salez puis versez dans une passoire déposée sur un bol.

2

Ajoutez les filets de poulet dans la poêle et faites-les dorer des deux cotés pendant quelques minutes.

Ajoutez la crème, de la noix de muscade et du poivre.

Remettez l'oignon et les champignons dans la poêle et mélangez.

Laissez mijoter à feu moyen jusqu'à ce que la crème fraîche réduise un peu.

Servez avec le riz et la ciboulette ciselée.