

Poulet Porto et champignons

préparation 50 mn
(pour 4 personnes)



Ingrédients :

- 500g de blancs de poulet
- 25 ml de maïzena
- 1 oignon
- 500g de champignons de Paris frais
- 100 ml de porto
- 150 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 200 ml de crème liquide
- Sel, poivre

Recette micron-onde adaptée, prévue à l'origine pour être réalisée avec un saladier "Micro Minute" (cocotte minute pour micron onde).

L'effet "cocotte" est remplacé ici par du film alimentaire.

- Coupez les blancs de poulet en morceaux et les mettre dans un saladier micro-ondable
- Saupoudrer les morceaux de poulet de maïzena et mélanger à la spatule
- Emincer finement l'oignon
- Couper les champignons de paris en fines lamelles
- Ajouter le tout sur le poulet
- Verser le Porto, l'eau, et émietter le bouillon de volaille
- Saler poivrer à votre convenance et mélanger
- Filmer le saladier à l'aide d'un film alimentaire
- Faire cuire 8 mn à 900 W puis laisser reposer 5 mn
- Retirer le film alimentaire, verser la crème liquide, et mélanger de nouveau
- Remettre un nouveau film alimentaire et finissez la cuisson, 8 mn à 900 W.
- C'est prêt !

Merci à **Nathy L.** pour cette recette.

*Retrouvez les recettes du confinement, tous les mardis
sur <https://www.onvasamuser.accoord.fr>*