

Recette du

Lab CULINAIRE



Temps de préparation : 25 mn



Temps de cuisson Parmentier +
Poudre d'olives : 40 mn

Parmentier d'émincé de volaille parfumé à la poudre d'olive noire



Ingrédients pour 4 personnes:

- 6 Grosses Pommes de terre
- ¼ L de Lait
- ¼ l de crème liquide
- 60 g de beurre
- Sel/poivre blanc
- Huile d'olive
- 2 escalopes de poulet
- 15 g d'herbes de Provence
- 30 g d'Olives noires dénoyautées
- Chapelure faite avec du pain rassis ou des restes de pain de mie.

La Recette :

1. Peler les pommes de terre, les faire cuire à la vapeur ou à l'anglaise
2. Pendant ce temps-là, faire chauffer 3 c a s d'huile d'olive dans une sauteuse puis y déposer les filets de poulet émincés et champignons couper en brunoise.
3. Faire cuire pendant une dizaine de minutes à feu moyen afin de les colorer puis y ajouter les herbes de Provence et 10 cl de crème liquide. Faire cuire 5-10 min à feu doux. Saler et poivrer.
4. Mixer les pommes de terre avec du sel et du lait afin d'obtenir une purée onctueuse.
5. Pour préparer la **poudre d'olives**, Préchauffer le four à 180°. Egoutter les **olives** noires puis les hacher à l'aide d'un mixeur. Les étaler ensuite sur une feuille de papier cuisson sur la plaque du four. Enfourner environ 30mn jusqu'à ce que les morceaux d'**olives** soient secs.
6. Mélanger la poudre d'olive noire a votre purée. Le mélange apportera un parfum méditerranéen a votre purée.
7. Dans un plat à gratin, napper de purée le fond de votre plat, puis rajouter la préparation au poulet et recouvrir avec la purée puis parsemer de chapelure fine faite maison afin d'avoir après cuisson au four une croute blonde et croustillante.
8. Enfourner 15 mn a 180°



brocolis



aneth



anis



menthe



Pomme



ail



thym

