



Les plats principaux

Poulet au marsala avec champignons

Pour 4 personnes.

Ingrédients

650 grammes poulet (filet)
90 grammes de prosciutto (coupé finement)
450 grammes de champignons (en tranches)
1 échalote (coupée finement)
3 gousses d'ail (pressées)
180 millilitres de vin blanc (Marsala ou Madère sec)
180 millilitres de bouillon de poulet
120 millilitres de crème
65 grammes de farine
1 poignée de persil (frais)
1/2 cuillère à soupe thym
huile d'olive
beurre
poivre
sel

Méthode de préparation

Chauffez l'huile d'olive dans la poêle. Dans un plat mélangez le poivre, le sel, le thym et la farine. Passez les filets de poulet des deux côtés dans le mélange.

Rôtissez le poulet dans de l'huile bouillante puis réservez-le. Cuisez brièvement le prosciutto dans la même poêle.

Entretemps mettez un peu de beurre dans une autre poêle et faites revenir l'échalote et l'ail. Ajoutez ensuite les champignons et faites-les rôtir. Salez et poivrez.

Déglacez les champignons avec le vin blanc et faites réduire doucement. Versez ensuite petit à petit le bouillon de poule et la crème puis assaisonnez selon le goût.

Remettez les filets de poulet dans la sauce et chauffez le tout. Garnissez avec le persil.

Conseil:

Pas de vin Marsala à la maison ? Remplacez-le par une quantité équivalente des alternatives suivantes :

- vin de Madère sec,
- sherry,
- vin blanc sec + 1cs de brandy

