



Les plats principaux

Pommes de terre farcies aux brocoli et émincés de poulet

Pour 4 personnes.

Ingrédients

50 grammes de fromage (râpé, Nazareth Classic)
5 pommes de terre (grosses, farineuses)
250 grammes poulet (émincé)
500 grammes de brocoli
50 grammes de beurre
100 millilitres de lait
noix de muscade
poivre
sel

Méthode de préparation

Cuisez les pommes de terre en chemise durant 15 minutes. Séparez les petites fleurs de brocoli puis blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée durant 5 minutes, ou jusqu'à ce que le brocoli soit cuit à point.

Coupez en deux 4 des 5 pommes de terre. Retirez-en la plupart de la chair. Retirez complètement la chair de la 5^{ème} pomme de terre. Écrasez la chair et incorporez-y le lait et la ½ du beurre. Assaisonnez avec sel, poivre et noix de muscade.

Préchauffez le four à 180°C. Mélangez la purée avec la ½ des fleurs de brocoli et farcissez les demi-pommes de terre avec ce mélange. Entretemps cuisez les émincés de poulet bien croquants dans le reste du beurre. Salez et poivrez. Répandez les émincés de poulet sur les pommes de terre farcies et aussi un peu de fromage râpé.

Enfournez 5 à 10 minutes jusqu'à ce que le fromage soit gratiné. Répartissez le reste des fleurs de brocoli sur les assiettes.

Ustensiles de cuisine

Four



Recommandé par

