Filet de poulet jambon-fromage au chou-fleur grillé

10 personnes



Ingredients

- 10 filets de poulet jambon-fromage
- 1,5 kg de chou-fleur
- 1,5 kg de pommes de terre farineuses
- 100 g de beurre
- Noisettes
- 0,5 l de lait
- Persil plat
- Huile d'olive
- Noix de muscade
- Sel & poivre

Preparation

Faites cuire les filets de poulet jambon-fromage (art. 302) au four (10 min. à 200°C), à la friteuse (4 min. à 175°C) ou à la poêle (2 x 4 min.).

Lavez le chou-fleur et coupez-le en tranches. Mélangez le chou-fleur avec l'huile d'olive, le sel et le poivre. Disposez les tranches de chou-fleur sur un plat et faites-les cuire à 160°C pendant ± 15 minutes.

Lavez les pommes de terre, coupez-les en morceaux de taille identique et faites-les cuire à l'anglaise. Après 20 minutes, égouttez et laissez sécher sur le feu. Passez ensuite les pommes de terre au presse-purée et ajoutez une noix de beurre, le lait chaud, du sel et du poivre. Mélangez bien.

Faites griller les noisettes au four à 180°C pendant environ 5 minutes. Hachez-les grossièrement.

Disposez le tout joliment sur une assiette et décorez de noisettes et de persil plat.

Bon appétit !

More tasty recipes on Volys.be!

Volys - Oudstrijderslaan 11, B-8860 Lendelede, Belgie
Tel: (32) (0)51 335020 - Fax: (32) (0)51 314815 - www.volys.be - info@volys.be