

Poulet aux poires et roquefort



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn

Nous avons dégusté ce plat avec des croquettes de pommes de terre.

Recette proposée par : Au jardin des délices

Ingrédients

- 4 morceaux de poulet
- 3 poires
- 250 g de crème allégée (ou 125 ml de lait et 125 ml de crème)
- 150 g de roquefort
- 1 cuillère à soupe de peu de beurre d'huile
- muscade
- 2 échalotes
- sel et poivre
- beurre

Préparation

- 1 Pelez les poires et coupez-les en lamelles pas trop fines.
- 2 Poêlez-les dans la noix de beurre jusqu'à ce qu'elles soient rôties et laissez en attente.
- 3 Faites cuire le poulet dans un peu de beurre avec l'huile jusqu'à ce qu'il soit rôti. Salez et poivrez.
- 4 Retirez-le de la poêle et ajoutez-y les échalotes. Faites-les blondir, puis ajoutez la crème, salez et poivrez.
- 5 Incorporez ensuite le fromage et dressez les assiettes juste avant de servir.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

