

Poulet a la moutarde et aux tomates séchées



Ingrédients pour 4 personnes :

- . 4 escalopes de poulet
- . 30 g de beurre
- . 1 gousse d'ail
- . 180 ml de bouillon de volaille
- . 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- . 35 g de tomates séchées, égouttées et finement hachées
- . 4 ciboules coupés finement. (ou des petits oignons tiges)

Faites chauffer le beurre dans une grande poêle et faites-y fondre l'ail une minute en remuant. Faites cuire le poulet quelques minutes de chaque côté jusqu'à ce qu'il soit bien doré. Réserver.

Verser le bouillon de poulet dans la poêle et portez-le à ébullition. Réduisez le feu et laissez frémir 5 minutes à découvert. Incorporez la moutarde et les tomates séchées, puis les ciboules.

Dressez sur une assiette un filet de poulet avec le mélange de ciboules et tomates sur le dessus. Servir avec des pommes vapeur.