

Pie de poulet aux petits légumes



Préparation : 40 mn

Cuisson : 50 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

400 g de blancs de poulet

1 rouleau de pâte feuilletée pur beurre

1 oignon

1 carotte

1 courgette

20 cl de crème fraîche épaisse

1/2 bouquet de cerfeuil

3 c à s d'huile d'olive

1 c à s de ras-el-hanout

1 jaune d'oeuf

Sel et poivre du moulin

Éplucher la carotte, la découper en dés ainsi que la courgette lavée et essuyée. Peler et hacher l'oignon. Ciseler le cerfeuil.

Détailler les blancs de poulet en dés.

Dans une cocotte faire chauffer l'huile d'olive et y mettre l'oignon haché à fondre 5 mn puis ajouter les légumes, sel et poivre. Cuire 10 mn en remuant souvent.

Ajouter les dés de poulet dans la cocotte avec le ras-el-hanout, la crème, le cerfeuil et 10 cl d'eau. Laisser mijoter 10 mn en remuant souvent. Verser dans un moule à tarte en porcelaine (j'ai préféré utilisé un plat creux) et laisser refroidir.

Découper la pâte feuilletée en bandes de 2 cm de large et les poser sur la garniture en les croisant.

Battre le jaune d'oeuf avec un peu d'eau et avec un pinceau badigeonner le bord du moule pour coller les extrémités des bandes de pâte puis badigeonner l'ensemble de la pâte.

Cuire 25 mn environ à four préchauffer à 180° et servir très chaud avec une salade verte.

Vin conseillé : un Anjou blanc

Vous pouvez préparer le pie et le mettre au frais sans le dorer puis 40 mn avant de servir badigeonner la pâte au jaune d'oeuf et enfourner le pie pour 35 mn.

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>