

Suprême de volaille poché, citronnelle et gingembre



Source : Magazine "Cuisinez comme un chef", juin 2007, recette de Michel Roth

pour 2 personnes :

prep < 30 minutes

cuisson 2 à 3 minutes

pochage 20 minutes

2 blancs de volaille avec la peau et les ailerons (*sans peau ni ailerons chez moi...*)

60g pousses d'épinards et quelques feuilles pour la présentation (*j'en ai mis 250g*)

2 grappes de tomates cerise

2 tiges de citronnelle

20g de gingembre

1 gousse d'ail

1 feuille de gélatine (2g)

3/4 l lait

2 csoupe huile d'olive

1 pincée de poivre mignonnette, gros sel, sel fin, poivre du moulin

Couper 2 tiges de citronnelle en bâtonnets de 25cm de longueur environ, tailler l'extrémité en biseau et conserver les parures. Faire pénétrer un bâtonnet de citronnelle sur toute la longueur des blancs de volaille, en restant bien au centre.

Verser le lait dans une casserole, ajouter les parures de citronnelle, le gingembre pelé et coupé en fines lamelles, 1 pincée de gros sel et de poivre mignonnette (*4 baies pour moi*)

Attendre l'ébullition avant de plonger les blancs de volaille, couvrir et pocher hors du feu 20 minutes (*ou plus si nécessaire*)

Mettre la gélatine à tremper dans l'eau très froide.

Chauffer l'huile d'olive avec l'ail fendu en 2 et dégermé. Ajouter les grappes de tomate et les laisser éclater légèrement.

Réserver les blancs de poulet à couvert sur une grille

Filter le lait de cuisson, le porter à ébullition en remuant sans arrêt et faire fondre la gélatine bien essorée. Emulsionner au mixeur plongeur hors du feu

Ôter la peau des blancs de volaille, dresser sur assiette, ajouter les tomates en grappe, et à la place des tomates, jeter les pousses d'épinards dans l'huile aillée, les laisser juste tomber, et les ajouter sur les assiettes

Disposer quelques feuilles d'épinards crues, et poivrer.



Lacath, <http://lacath.canalblog.com>