



## BONBONS DE VOLAILLE EN BOUCHEES APERITIVES



**Insert** : à faire en avance

Mélanger dans un cul de poule 150g de fromage de chèvre type « Chavroux » 50g de comté râpé, 2cs de ciboulette ciselée, 1 cs de graines de nigelle, QS de muscade et cannelle, sel, poivre. Mettre l'appareil obtenu dans une poche avec une douille n° 6 et étaler sur un petit plateau des bâtonnets d'environ 15cm de long. Les congeler. Quand ils sont durs, les conserver au congélateur dans une boîte appropriée.

**Les rouleaux** : 2 blancs de poulet fermier ou bio, quelques pousses d'épinards, sel, poivre. Emincer très finement les blancs, former un rectangle d'environ 15x10 cm sur un papier film, assaisonner à convenance, poser sur le tiers inférieur une rangée de pousses d'épinards, puis l'insert congelé. Rouler le tout serré comme un sushi. Ficeler les extrémités. Cuire à la vapeur 12 mn, refroidir, réserver au réfrigérateur. Ne pas faire de gros rouleaux, on veut obtenir des bouchées apéritives, et non des tranches pour un plat de résistance.

Pour le service, enlever le film, trancher et parsemer de sumac ou de l'épice de votre choix. A servir avec des biscuits à la nigelle.!