



Emincés de poulet aux tomates séchées, sauce à l'estragon et au paprika

Pour 6 personnes

Ingrédients

800 gr de blancs de poulet
2 cuillerées à soupe de jus de citron
2 cuillerées à café bombées de paprika
1 grosse gousse d'ail écrasée
1 cuillerée à soupe d'estragon frais
50 gr de beurre
12 à 14 tomates séchées
30 cl de crème fraîche épaisse
sel et poivre
feuilles de roquette en garniture
500 gr de pâtes au citron

Recette

Emincez finement les blancs de volaille et mettez-les dans une terrine, avec le jus de citron, le paprika et l'ail; hachez grossièrement l'estragon et ajoutez-le. Mélangez bien pour enrober de cette sauce les émincés de poulet, puis couvrez et laissez mariner à température ambiante pendant 30 minutes.

Faites fondre le beurre dans une grande poêle à fond épais sur feu assez doux. Versez les blancs de poulet avec leur marinade et laissez cuire doucement en remuant de temps à autre pendant 8 à 10 minutes. Pendant ce temps, détaillez les tomates séchées en trois ou quatre morceaux.

Avec une écumoire, égouttez les émincés de poulet et mettez-les dans une assiette, réservez, puis faites bouillir le jus de cuisson pendant 2 minutes pour le faire réduire. Retirez la poêle du feu et ajoutez la crème fraîche. Portez de nouveau à ébullition et laissez bouillir en remuant pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que la sauce ait légèrement épaissi. Salez et poivrez, puis remettez les blancs de volaille dans la sauce, avec les tomates séchées.

Mélangez sur feu moyen pendant une minute, puis versez le contenu de la poêle dans un plat creux et couvrez d'une feuille de papier aluminium. La préparation peut alors se conserver au chaud pendant une heure sans perdre sa saveur.

Juste avant de servir, garnissez le plat de feuilles de roquette et accompagnez de pâtes au citron.

Bon appétit !