



# Poitrine de poulet farcie au parmesan et aux herbes avec bacon et crème à la ciboulette

Spéciale

45 minutes



Poitrines de  
poulet •  
2 | 4



Tranches de  
bacon  
100 g | 200 g



Mélange de  
champignons  
200 g | 400 g



Pomme de terre  
rouge  
400 g | 800 g



Ciboulette  
7 g | 14 g



Crème sure  
2 | 4



Oignon, en  
tranches  
56 g | 113 g



Gousses d'ail  
2 | 4



Chou frisé, haché  
56 g | 113 g



Parmesan, râpé  
grossièrement  
¼ tasse |  
½ tasse



Thym  
7 g | 7 g

**Allergènes Hé, les cuisiniers!** Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Commencer les pommes de terre

- Avant de commencer, ajouter dans une grande casserole 10 tasses d'eau et 1 c. à soupe de sel (les mêmes qtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Ajouter les **potatoes de terre** à l'**eau bouillante**.
- Laisser mijoter à découvert de 8 à 10 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.
- Égoutter, puis disposer les **potatoes de terre** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Au moyen du fond d'une casserole, appuyer sur les **potatoes de terre** pour les aplatir.
- Arroser de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Salier** et **poivrer**. Réserver.

2



### Préparer

- Trancher finement les **champignons**.
- Émincer la **ciboulette**.
- Détacher **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **feuilles de thym** des **branches**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Couper le **bacon** en lanières de 0,5 cm (1/4 po).
- À un petit bol, ajouter le **parmesan**, l'**ail**, la **moitié** du **thym** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**. Piler à l'aide d'une fourchette pour bien mélanger. Réserver.

5



### Cuire les garnitures

- Entre-temps, chauffer la poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **bacon**. Cuire de 7 à 8 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant\*\*.
- À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Réserver.
- À la même poêle, ajouter les **champignons**, les **oignons** et le **reste** du **thym**. Cuire de 5 à 6 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **champignons** soient dorés.
- Ajouter le **chou frisé**. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **chou** tombe.

3



### Préparer le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout.
- En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper **chaque poitrine de poulet en son centre** avec précaution, en laissant 2,5 cm (1 po) intacts à l'autre extrémité. Ouvrir le **poulet** comme un livre, puis **salier** et **poivrer** de tous les côtés.
- Répartir la **garniture de parmesan** dans les **poitrines**, puis les refermer.

6



### Terminer et servir

- Dans un autre petit bol, mélanger la **crème sure** et la **moitié** de la **ciboulette**.
- Répartir le **poulet**, le **mélange de champignons** et les **potatoes de terre** dans les assiettes.
- Garnir les **potatoes de terre** de **bacon** et de **crème sure** à la **ciboulette**.
- Parsemer tout le contenu de l'assiette du **reste** de la **ciboulette**.

4



### Cuire le poulet et poêler les pommes de terre

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **poulet**.
- Poêler de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré.
- Retirer la poêle du feu.
- Transférer le **poulet** sur la plaque à cuisson contenant les **potatoes de terre**.
- Cuire au **centre** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que les **potatoes de terre** soient croustillantes et que le **poulet** soit entièrement cuit\*\*. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson et rôtir dans le haut et au centre du four.)

\*L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

\*\*Cuire la volaille et le bacon jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 71 °C (160 °F), respectivement.