

Filets de Poulet farcis aux gaufres de pommes de terre

Ingrédients

→ 4 Personnes

- 1 Filet de Poulet par personne (de préférence avec la peau)
- 250 g de Champignons très parfumés (frais ou lyophilisés) (80g + 170g)
- 4 Echalotes - 1 Oignon - 1 Gousse d'Ail - Persil
- Noix de Muscade - Sel - Poivre
- Farine
- 2 Œufs – 4 Pommes de terre
- Beurre - Crème fraîche
- Alcool sec (Armagnac, Cognac,)

Préparation d'une brunoise pour fourrer les filets de poulet

Faire revenir, dans un peu de beurre, 80 g de champignons hachés finement et 3 échalotes émincées. *Veiller à ne pas faire brûler.*

Préparation de la pâte à gaufre de pomme de terre

- Râper 1 oignon, 1 échalote et 4 pommes de terre essuyées, non lavées (*pour conserver la fécule*).
- Hacher 1 gousse d'ail et 1 petit bouquet de persil. Ajouter à la préparation précédente.
- Presser fortement cette préparation afin d'éliminer le maximum de jus.
- Ajouter un peu de noix de muscade.
- Saler. Poivrer.
- Ajouter, enfin, 2 cuillères à soupe de farine, 2 œufs entiers et 1 grosse cuillère à soupe de crème fraîche.

Préparation des filets

- Ouvrir les filets en portefeuille afin de les fourrer de brunoise.
- Refermer les filets puis saler et poivrer. Les ficeler.
- Les faire dorer à la poêle en les retournant régulièrement. (*la peau évitera qu'ils sèchent*)
- Ajouter, enfin, 170 g de champignons.
- Couvrir et cuire 12 minutes.
- Arroser d'un alcool sec et flamber.
- Ajouter 3 cuillères à soupe de crème fraîche, couvrir et éteindre.

*Si les filets ne sont servis sitôt la cuisson, ne les cuire que 8 minutes après les avoir dorés.
Les envelopper dans un papier aluminium et les conserver au four à 70°.
Les remettre dans la poêle au moment de faire la sauce.*

Cuisson des gaufres

- Cuire la pâte à gaufres dans un gaufrier électrique.
*On peut aussi cuire cette pâte à la poêle sous forme de galettes fines.
Celles-ci attendront, à four doux (comme les filets entiers), sur une grille.*

Au moment de servir, trancher les filets en 3 ou 4 morceaux.

Pour former les carottes en fleurs pour la décoration de l'assiette, il suffit, avec un canneleur, de faire des sillons dans les carottes avant de les cuire dans le court-bouillon.

Cette recette peut aussi se réaliser avec des filets de pintade.