



Chausson au blanc de poulet

Durée de préparation : env. 35 min.

temps de cuisson : env. 25 min.

Ingrédients pour 4 portions :

4	Blancs de poulet (d'env. 150 g chacun)
¼ Cc	Sel
	Huile
150 g	Séré à la crème
1	Oignon finement ciselé
1	Gousse d'ail pressée
1	Pâte feuilletée abaissée, d'env. 25 x 42 cm
8 Tranches	Jambon cru
1	Jaune d'œuf (pour la dorure)
	Origan, sauge, thym, paprika, sel

Préparation :

1^{ère} étape

Chauffer de l'huile dans une poêle, saisir les blancs de poulet de tous les côtés et réserver.

2^{ème} étape

Saler avec le ¼ de cuillère à café de sel et laisser refroidir quelque peu.



Préparation :

3^{ème} étape

Entre temps, pour la farce, bien mélanger dans un saladier le séré à la crème, l'oignon finement ciselé, la gousse d'ail pressée et les herbes finement hachées (origan, sauge et thym) à volonté, de même que rectifier l'assaisonnement avec du paprika et du sel.

4^{ème} étape

Détailler la pâte feuilletée abaissée dans le sens de la longueur et de la largeur en 4 morceaux. Déposer au milieu de chaque rectangle une tranche de jambon cru, puis un blanc de poulet et répartir la farce par dessus. Couvrir avec les tranches de jambon cru restantes et replier en croix les coins de la pâte et bien les presser ensemble.

5^{ème} étape

Poser maintenant les chaussons avec la fermeture vers le bas sur une plaque chemisée de papier sulfurisé. Badigeonner avec le jaune d'œuf et piquer avec une fourchette.

6^{ème} étape

Enfourner et laisser cuire à 220 °C pendant env. 25 min.

Conseils : servir de préférence avec des légumes ou de la salade.