



Vol-au-vent au poulet

Temps de préparation env. 25 min.

Ingrédients pour 4 portions :

300 g	Emincé de blanc ou de cuisse de poulet
200 g	Petits pois
8	Vol-au-vent
1 Cs	Beurre
2 ½ Cs	Farine
3 dl	Bouillon de légume
2 dl	Crème
	Sel et poivre

Préparation :

1^{ère} étape

Préparer les vol-au-vent au four d'après les indications sur l'emballage.

2^{ème} étape

Faire revenir l'émincé de poulet brièvement dans une poêle avec un peu de beurre, retirer du feu et réserver à couvert.



Préparation :

3^{ème} étape

Faire fondre une noix de beurre dans une poêle, ajouter la farine et remuer pendant env. 1 minute jusqu'à obtenir un roux blanc.

4^{ème} étape

Mouiller avec le bouillon de légume et amener à ébullition en remuant constamment au fouet.

4^{ème} étape

Ajouter la crème et amener une nouvelle fois à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter pendant 10 minutes en remuant occasionnellement.

6^{ème} étape

Ajouter ensuite l'émincé mis de côté et les petits pois et laisser mijoter pendant encore env. 5 minutes.

7^{ème} étape

Saler et poivrer selon besoin. Garnir les vol-au-vent avec la préparation et servir immédiatement.

Conseils : servir de préférence avec de la salade.