

CUISSES DE POULET A LA MOUTARDE

)



Ingrédients pour 4 personnes

Mélange moutarde : Dans un bol mélanger moutarde – vinaigre – poivre –, thym

- 4 cuisses (mieux hauts de cuisse) de poulet
- 2 c. soupe moutarde gros grains
- 1 c. soupe moutarde forte
- 1 dl de crème
- 1 verre de bouillon de poule
- graisse à rôtir ou huile

Préparation :

1. Enlever la peau et un peu la graisse des hauts de cuisse
2. Dans une sauteuse chauffer la graisse et y faire dorer les cuisses de poulet. Sortir les cuisses bien dorées de la casserole, vider le surplus de graisse et éponger un peu avec du papier ménage pour dégraisser la sauce.
3. Hors du feu remettre les cuisses de poulet et rajouter le bouillon. Faire mijoter environ 30 min. à feu doux.
4. Peu avant de servir ajouter le mélange moutarde vinaigre et la crème. Réchauffer quelques minutes et contrôler l'assaisonnement (Aromat, sel et poivre si nécessaire)

Remarque : J'ai servi avec ce plat un riz au safran et des brocolis.