

# zeste

## Bol de vol-au-vent

par CAROLINE MCCANN

Quantité : **4 portions** (0) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **35 min**

Préparation **20 min**

Cuisson **15 min**



PUBLICITÉ

### Ingrédients

#### VELOUTÉ DE POULET

60 ml (1/4 tasse) de beurre non salé

60 ml (1/4 tasse) de farine tout usage

625 ml (2 1/2 tasses) de bouillon de volaille

3 ml (1/2 c. à thé) de sarriette séchée

Sel et poivre du moulin, au goût

#### GARNITURE

15 ml (1 c. à soupe) de beurre non salé

125 ml (1/2 tasse) de céleri, lavé et coupé en dés

90 ml (1/3 tasse) de carottes, pelées et coupées en petits dés

90 ml (1/3 tasse) d'oignons, pelés et coupés en petits dés

125 ml (1/2 tasse) de petits pois congelés, décongelés

125 ml (1/2 tasse) de haricots verts, blanchis et coupés en dés

125 ml (1/2 tasse) de courges musquées cuites, en dés

60 ml (1/4 tasse) de persil frais, haché

750 ml (3 tasses) de poulet cuit, désossé et effiloché

Sel et poivre du moulin, au goût

8 mouillettes de pains bien croustillantes

### Préparation

#### VELOUTÉ DE POULET :

1. Dans une casserole, faire fondre le beurre à feu moyen-vif. Ajouter d'un trait de farine et brasser à l'aide d'une cuillère en bois. Cuire le roux jusqu'à ce qu'il soit doré.
2. Ajouter le bouillon de poulet et fouetter afin de prévenir la formation de grumeaux. Assaisonner, ajouter la sarriette et laisser mijoter tout doucement pendant 3 à 4 minutes. Réserver.

#### GARNITURE :

1. Pendant ce temps, préparer la garniture pour les vol-au-vent. Faire fondre le beurre à feu moyen dans une poêle.
2. Ajouter les dés de céleri, de carottes et d'oignons. Laisser cuire doucement environ 5 minutes. Ils doivent rester croquants.
3. Intégrer les petits pois, les haricots et les dés de courges et poursuivre la cuisson 3 minutes. Ajouter le persil et le poulet cuit. Assaisonner.
4. Incorporer la garniture de légumes et poulet dans le velouté et bien mélanger tout. Rectifier l'assaisonnement au besoin.
5. Pour servir, déposer au fond d'un grand bol, le quart de la préparation de poulet. Ajouter 2 mouillettes de pain sur le dessus et répéter avec les 3 autres portions.
6. Servir immédiatement.

PUBLICITÉ