

Poulet au beurre et citron

- Ce poulet au beurre et au citron est un pure délice pour les papilles...



Ingrédients :

- 4 poitrines de poulet, coupé en deux
- 1/2 cuillère à soupe de paprika
- 3 cuillères à soupe de beurre, divisé
- 4 gousses d'ail émincées
- 1 tasse (250 ml) de **bouillon de poulet**
- 1/2 tasse (125 ml) de crème 35 % à cuisson
- 1/4 de tasse (65 ml) de Parmesan râpée
- Le jus d'un citron
- 1 ou 2 cuillères à soupe de vin blanc (optionnel)
- 1/2 cuillère à thé de thym séché
- 2 tasses (500 ml) de bébé épinards
- Sel et poivre au goût

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C).
2. Assaisonner le poulet de sel, poivre et paprika. Mettre de côté.
3. Faites fondre 2 cuillères à soupe de beurre dans une casserole allant au four, à feu moyen.
4. Ajouter le poulet et le saisir pour environ 2 à 3 minutes de chaque côté. Retirer et mettre de côté.
5. Faites fondre le restant de beurre dans la même casserole. Ajouter l'ail et faire sauter pendant 1 minute.

6. Ajouter le bouillon de poulet, le vin blanc, le jus de citron et le thym.
7. Porter à ébullition, réduire et laisser épaissir pendant 5 à 7 minutes.
8. Ajouter la crème, le Parmesan. Fermer le rond et laissez cuire pendant 1 minute ou 2.
9. Ajoutez les épinards et laissez chauffer jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
10. Remettre le poulet dans la casserole.
11. Mettre au four pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que la température interne du poulet atteigne 165 °F.
12. Laissez reposer.
13. Servir.



C'est une super de bonne façon de préparer les poitrines de poulet... La sauce est délicieuse, crémeuse et facile à faire!

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)