

Poulet au brocoli et fromage

Temps de préparation: 10 minutes

Cuisson: 15 minutes

Portions: 6

2 poitrines de poulet, sans peau et désossées

1 cuillère à soupe de beurre

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1/2 tasse d'oignon jaune haché

14 onces de bouillon de poule en conserve

Une pincée de flocons de piment rouge

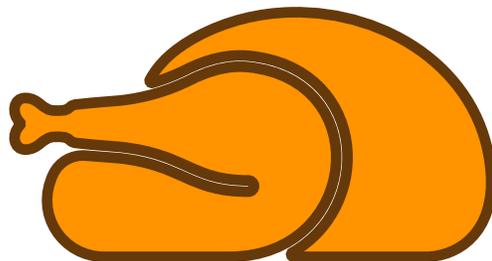
1 cuillère à soupe de persil, séché

2 cuillères à soupe d'eau

2 cuillères à soupe de féculé de maïs

3 tasses de brocoli, cuit à la vapeur et haché

1 tasse de fromage cheddar, râpé 4 oz de fromage à la crème, coupé en cubes ,



Mettre l'ip à la position SAUTÉ, ajoutez les poitrines de poulet, salez et poivrez, faites dorer de tous les côtés et versez dans un bol. Ajouter l'oignon au ip, remuer et laisser cuire 5 minutes. Ajoutez le sel, le poivre, le bouillon, le persil, les flocons de piment et remettre également les poitrines de poulet, remuer couvrir l'instant pot et faites cuire à puissance élevée pendant 5 minutes. Transférer le poulet sur une planche à découper, hacher et retourner dans la casserole Ajouter la fécule de maïs mélangée avec l'eau, le fromage râpé et le fromage à la crème et remuer jusqu'à ce que tout le fromage se dissout. Ajouter le brocoli, remuer, mettre le ip en mode SAUTÉ et cuire 5 minutes, répartir le tout entre les assiettes et servir.



Traduit de :

**Instant Pot Cookbook: 777 Instant Pot Recipes.
Delicious Meals to Enjoy With Your Family**