

Poulet à la crème de poireau & muscade

Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 poireaux
- 4 blancs de poulet
- 300 g de riz
- 2 gousses d'ail
- 40 cl de crème liquide
- Persil à votre convenance
- Noix de muscade
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 100 g de Gouda râpé

Préparation :

Portez une casserole d'eau salée à ébullition pour le riz.

Coupez le poireau en deux dans l'épaisseur, lavez-le bien, puis coupez-le en fines demi-lunes.

Faites cuire le riz 12 à 14 minutes dans la casserole, ou jusqu'à ce qu'il soit tendre.

Égouttez-le et réservez-le à couvert.

Coupez le poulet en dés de 2 cm.

Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une sauteuse à feu moyen-vif.

Faites-y dorer le poulet 3 à 4 minutes sur tous les côtés : il ne doit pas encore être totalement cuit à ce stade.

Salez et poivrez.

Réservez-le hors de la sauteuse et conservez celle-ci pour l'étape suivante.

Remettez la sauteuse à feu moyen-vif et faites-y fondre une noix de beurre.

Ajoutez-y le poireau, salez et poivrez.

Baissez le feu à moyen, couvrez et faites cuire 8 à 10 minutes de plus, ou jusqu'à ce qu'il soit fondant.

Pendant ce temps, ciselez l'ail et le persil séparément.

Une fois le poireau cuit et fondant, retirez le couvercle.

Incorporez le poulet, l'ail, la crème et la moitié du gouda.

Râpez un peu de noix de muscade par-dessus (selon votre goût).

Mélangez et laissez réduire 5 minutes à feu doux.

Servez le riz dans les assiettes et versez le poulet et sa crème de poireau par-dessus.

Saupoudrez de persil et du reste de gouda râpé.