

GRATIN DE POULET, DE BROCOLI ET DE RIZ



1 c. à soupe d' huile

1 lb (450 g) de poitrines de poulet désossées et sans peau, coupées en bouchées

3 tasses de petits bouquets de brocoli

1/2 poivron orange (mon ajout)

1 oignon, haché

1 tasse de bouillon de poulet (moi 1/2 tasse de plus)

1 1/2 tasse de riz blanc instantané, non cuit

1/2 tasse de produit de fromage à la crème Philadelphia

1/4 tasse de lait

1/2 c. à thé d' assaisonnement à l'italienne

1 tasse de fromage râpé Italiano 4 fromages

-Chauffer le four à 375 °F.

-Chauffer l'huile à feu mi-vif dans une grande poêle. Ajouter le poulet, le brocoli et l'oignon, faire revenir de 5 à 7 min ou jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit.

-Incorporer le bouillon de poulet; porter à ébullition. Ajouter le riz, le produit de fromage à la crème, le lait et l'assaisonnement à l'italienne; bien mélanger. Verser dans un moule carré de 8 po vaporisé d'un enduit à cuisson; garnir du fromage râpé. Couvrir.

-Cuire 25 min ou jusqu'à ce que le tout soit chaud; en découvrant 10 min avant la fin de la cuisson.

Publier par **Le coin recettes de Jos**