



## Filet de poulet au pot

### LA CUISINE DE BOOMY



#### *Pour 4 pers / 1 point par pers*

- 600 gr de filet de poulet
- 500 gr de carottes en rondelles surgelées
- 2 poignées de poireaux surgelés
- 500 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 bouillon de bouquet garni
- 1/2 oignon
- sel, poivre
- 1cs de crème épaisse à 15 % de mg

Poser les blancs de poulet dans le fond de la cuve.  
Ajouter les carottes, l'oignon épluché et émincé et les poireaux.

Émietter les bouillons de cube de volaille et de bouquet garni, saler très légèrement, les bouillons vont déjà bien saler le plat, poivrer.

Verser l'eau et mélanger.

Lancer une cuisson sous pression pendant 30 minutes.

En fin de cuisson ajouter la crème et mélanger.

Servir aussitôt.

A accompagner éventuellement de riz.