

## *Fricassée de poulet à la forestière*



*Pour 4 personnes*

*2 points par pers*

### **La recette**

- Couper le poulet en aiguillettes.
- Laver et couper les champignons en deux ou en quatre si ils sont gros.
- Faire chauffer l'huile dans une sauteuse et faire dorer le poulet. Ajouter ensuite l'oignon ciselé, saler, poivrer.
- Ajouter ensuite les champignons et faire suer pendant 8 min sur feu moyen.
- Verser le vin blanc, le laisser s'évaporer, verser l'eau, couvrir et faire cuire 10 minutes à feu doux.
- En fin de cuisson ajouter la crème, rectifier l'assaisonnement si nécessaire, mélanger puis parsemer de persil ciselé avant de servir.

### **Ingédients:**

- 4 filets de poulet
- 1/2 oignon
- 500 gr de champignons de Paris
- 100 ml de vin blanc
- 200 ml d'eau
- 1 cs de crème épaisse à 15 % de mg
- 1 cs d'huile d'olive
- persil