

Poulet à la toscane



Pour 4 personnes / 5 points par personne

La recette

- Faire décongeler les épinards dans une passoire préalablement.
- Couper le poulet en aiguillettes. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse puis faire revenir le poulet. Une fois le poulet doré, le sortir de la sauteuse et le réserver dans une assiette.
- Mettre l'eau, le bouillon cube émietté, la crème, les épices, la gousse d'ail pressée et le fromage, dans la sauteuse sans l'avoir rincée, saler, poivrer et faire épaissir tout en remuant .
- Ajouter ensuite les épinards, les tomates cerises coupées en deux et laisser mijoter 5 minutes.
- Remettre ensuite le poulet dans la sauteuse et faire réchauffer à feu doux pendant 10 minutes.
- Servir immédiatement.

Ingrédients:

- 4 filets de poulet
- tomates cerises
- 200 ml de crème liquide à 12 % de mg
- 320 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 600 gr d'épinards en branches surgelés (décongelés)
- 1 gousse d'ail
- 30 gr de gruyère râpé
- 1 cc d'huile d'olive
- sel, poivre
- 1 cc d'épices italiennes