

Boulettes de poulet aux figues

Pour 4 personnes

400g de blancs de poulet

4 figues sèches

2 cuil à café rases d'épices pour tajine en poudre

1 cuil à café de graines de fenouil

1 oignon rouge

1 œuf

40g de chapelure de pain

farine

Chantilly au miel

120g de mascarpone

120g de crème liquide

1 cuil à café de miel

2 cuil à soupe de jus de citron

1 cuil à café d'herbe de Provence

sel

Les boulettes: Epluchez et émincez l'oignon rouge en petits morceaux puis faites-le revenir à la poêle dans un filet d'huile d'olive, réservez.

Coupez les figues en petits morceaux.

Hachez les blancs de poulet.

Dans un saladier mélangez le poulet haché, l'oignon cuit, le mélange d'épice, les graines de fenouil, les figues sèches, l'œuf et la chapelure.

Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une grande sauteuse.

Versez un peu de farine dans une assiette, prélevez des poignées de farce, façonnez les en boulettes, passez-les dans la farine puis faites-les dorer à feu vif dans la sauteuse sur toutes les faces, baissez le feu, couvrez et laissez cuire environ 5 minutes.

Chantilly aux herbes de Provence: Versez tout les ingrédients dans un bol puis fouettez-les en chantilly.

Servez les boulettes chaudes ou froides accompagnées de la chantilly aux herbes.

Bon appétit.