

# EMINCÉ DE POULET À LA MOUTARDE

La cuisine de Laëty [la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com](http://la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com)

Ingrédients : ( 2 personnes )

- 400g Blanc de Poulet
- 200g Eau
- 1 Kubors
- 1 Oignon
- 100ml Vin Blanc
- 2 CS Maïzena
- 2 CS Moutarde à l'ancienne
- 1CS Huile d'olive
- Sel + Poivre

Recette au Cookeo ou dans une cocotte :

- > Couper le poulet en aiguillettes
- > Assaisonner Sel + Poivre > Emincer l'oignon
- > Mettre l'huile dans la cuve et l'oignon émincé > Dorer
- > Rajouter Les aiguillettes de poulet > Dorer et Mélanger
- > Rajouter l'eau, le vin blanc et le kubors émiétté
- Au Cookeo : Programmer 7 Min Sous Pression
- A la Cocotte : Mijoter 15 Min
- > Rajouter la moutarde et la maïzena > Mélanger
- > Mijoter 5 Min > Servir