



ASPERGES AU POULET, SAUCE SAFRAN.

Pour 4 personnes

- 500 g asperges verte
- 500 g asperges blanche
- 10 g de beurre
- 300 g d'escalopes de poulet
- 1c.à c de maïzena
- 1 dl bouillon (poule ou légumes)
- 2 dl crème pour sauce
- 1 dose de safran
- 1 pâte feuilletée abaissée
- 1 jaune d'œuf
- 2 c. à s de graines de pavot

Recette :

1. Peler et couper les asperges
2. Préparer un bouillon de légume pour les cuire avec un peu de beurre.
3. Couper le poulet en lanière et les rôtir (saler poivrer)

Sauce :

4. Délayer la maïzena dans le bouillon.
5. Porter à ébullition
6. Ajouter la crème et le safran
7. Laisser mijoter jusqu'à épaississement.

Feuilletés

8. Préchauffer le four à 220°C
9. Confectionner des feuilletés, les badigeonner de jaune d'œuf et les saupoudrer de graines de pavot.
10. Cuir 10min env.
11. Dresser les assiettes

Avril 2008 Jean-Daniel Légeret - Christophe Sottas - José da Silva