



Poulet farci au parmesan et aux herbes

avec pommes de terre au bacon et crème sure à la ciboulette

SPÉCIALE 60 minutes



Poitrines de poulet



Tranches de bacon



Champignons
créminis



Pomme de terre rouge



Ciboulette



Crème sure



Oignon rouge,
en tranches



Ail



Chou kale,
émincé



Fromage parmesan



Thym

BONJOUR POMMES DE TERRE RÔTIÉS!

En faisant bouillir les pommes de terre avant de les rôtir, on s'assure qu'elles seront moelleuses au centre!

Bon départ

Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F, puis laver et sécher tous les aliments.

Sortez

2 plaques à cuisson, 2 petits bols, cuillères à mesurer, passoire, grande casserole, cuillère trouée, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Poitrines de poulet	2	4
Tranches de bacon	100 g	200 g
Champignons créminis	227 g	454 g
Pomme de terre rouge	300 g	600 g
Ciboulette	7 g	14 g
Crème sure	6 c. à table	12 c. à table
Oignon rouge, en tranches	113 g	227 g
Ail	6 g	12 g
Chou kale, émincé	56 g	113 g
Fromage parmesan	¼ tasse	½ tasse
Thym	7 g	7 g
Beurre non salé*	2 c. à table	4 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

*** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque trousse repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.



1. CUIRE LES POMMES DE TERRE

Dans une grande casserole, couvrir les **pommes de terre** d'environ 2,5 cm d'**eau** (1 po), puis ajouter **1 c. à thé de sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu moyen. Mijoter à découvert jusqu'à ce qu'elles soient tendres, de 8 à 10 min. Égoutter les **pommes de terre**, puis les transférer sur une plaque à cuisson légèrement huilée. À l'aide du fond d'une casserole, aplatir les **pommes de terre**. Arroser de **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis **saler et poivrer**. Réserver.



4. CUIRE LE POULET ET FINIR LES POMMES DE TERRE

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table d'huile**, puis le **poulet**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit brun doré, de 1 à 2 min par côté. Retirer la poêle du feu. Transférer le **poulet** sur une autre plaque à cuisson. Cuire le **poulet** au **centre** du four et les **pommes de terre** sur la grille du **bas** jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient croustillantes et que le **poulet** soit entièrement cuit, de 10 à 12 min. **



2. PRÉPARATION

Pendant que les **pommes de terre** bouillent, couper les **champignons** en quatre. Émincer la **ciboulette**. Détacher **1 c. à table** de **feuilles de thym**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Couper le **bacon** en lanières de 0,5 cm (¼ po). Dans un petit bol, ajouter le **parmesan**, l'**ail** et **2 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) dans un petit bol. Écraser le tout à la fourchette et bien mélanger.



5. CUIRE LES GARNITURES

Entre-temps, dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter le **bacon**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'il soit croustillant, de 7 à 8 min. *** À l'aide d'une cuillère trouée, réserver le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Dans la même poêle, ajouter les **champignons**, les **oignons** et le **thym**. Cuire en remuant jusqu'à ce que les **champignons** soient brun doré, de 5 à 6 min. Ajouter le **kale**. Cuire en remuant jusqu'à ce qu'il tombe, de 3 à 4 min.



3. FARCIR LE POULET

Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper le **poulet** en son centre en laissant 2,5 cm intacts (1 po) à l'autre extrémité. Ouvrir le **poulet** comme un livre, puis **saler et poivrer** des deux côtés. Répartir la **garniture au parmesan** dans les **poitrines**, puis refermer.



6. FINIR ET SERVIR

Dans un autre petit bol, mélanger la **crème sure** et la **moitié** de la **ciboulette**. Répartir le **poulet**, les **champignons** et les **pommes de terre** dans les assiettes. Garnir les **pommes de terre** de **bacon** et de **crème sure à la ciboulette**. Saupoudrer le tout **du reste** de **ciboulette**.

Le souper, c'est réglé!