



FICHE RECETTE 1

*Cuisse de poulette cou noir désossée
& grillée au maigre
panais de pleine terre & mirabelles de pays,
yaourt à l'amande & roquette vivace*

par le Chef Thomas FRANCOIS du restaurant « A la 12 » à Delme



4 pers. 45 min moyen

INGRÉDIENTS

2 cuisses de poulette
cou noir label rouge
de la Ferme Houbin de Fonteny
(Qualité MOSL)

400g de panais
de pleine terre

200g de lait

100g d'eau

280g de yaourt

1 cuillère à café
huile d'amandon

beurre demi-sel
sel & poivre

150g de mirabelles
de l'année précédente
des vergers de Tincry

100g de roquette sauvage

1 pièce de citron vert

PRÉPARATION

Préparer les cuisses de poulette en la désossant complètement, veillez à conserver la peau.

Cuire les cuisses de poulette à plat à la vapeur pour obtenir 65°C à cœur puis passer sous le grill pour faire croustiller la peau.

Fouetter le yaourt, assaisonner sel, poivre & huile d'amandon. Laisser à température ambiante et servir tiède (maximum 40°C.).

Préparer la roquette ; laver et réaliser un beau bouquet.

Egoutter les mirabelles au sirop, de préférence celles de l'année précédente car le goût d'amande sera plus prononcé. Les rouler dans une pôle avec du beurre demi-sel.

Râper un peu de zeste de citron vert dans le fond de l'assiette. Peler le citron à vif et réaliser de petits cubes.

Préparer le panais : laver, éplucher, tailler en bâtonnets et cuire dans un mélange eau/lait/sel. Les garder croquants.

Pour le dressage, mettre un peu de yaourt dans le fond de l'assiette. Tailler les cuisses de poulette dans la longueur, assaisonner.

Ajouter les panais et quelques dés de citron vert. Finir en mettant le bouquet de roquette.



Retrouvez l'ensemble
des établissements
labellisés sur :
qualite.mosl.fr

MOSL
MOSELLE SANS LIMITE

www.mosl.fr

