



## SUPRÊME DE POULET AU GINGEMBRE EN HABIT VERT JULIENNE DE LÉGUMES CORQUANTS

(Pour quatre personnes)

### INGRÉDIENTS :

- 4 Suprêmes de poulet
- 4 feuilles de chou vert (blanchies)
- 1 c à café de gingembre râpé
- 4 cl de vin blanc ou de bière
- 4 cl de demi-glace
- 2 cl de crème 35%
- 2 c à café d'huile
- 2 noix de beurre
- c à soupe de fines herbes ciselées (persil, cerfeuil, ciboulette)

### MÉTHODE :

Dans une poêle, mettre l'huile et le beurre, puis colorer légèrement les suprêmes de chaque côté. Laisser refroidir et ouvrir en porte-feuille. Saler et poivrer au goût et répartir les fines herbes. Envelopper dans les feuilles de choux.

Remettre dans la poêle et mouiller avec vin ou bière, demi-glace et parsemer de gingembre. Couvrir et laisser cuire une dizaine de minutes environ.

Sortir les suprêmes, ajouter la crème et réduire en assaisonnant au goût.

### MONTAGE :

Servir avec la julienne de légumes croquants, assaisonnée et passée légèrement à l'huile d'olives.

**Pierre Vaillon, chef consultant**  
**Smico Inc.**  
**Montréal. Téléphone : (514) 527-7082**