

Filet de poulet à la graine de coriandre et vieille Mimolette



Catégorie

Plat



Personnes

4 personnes



Temps préparation

20 minutes



Temps de cuisson

30 minutes



ANDROUET

Ingrédients

4 filets de poulet aplatis par le volailler
1 morceau de vieille [Mimolette](#)
3 courgettes moyennes
1 cuillère à soupe de fond de volaille
1 botte de coriandre fraîche
2 cuillères à soupe de graines de coriandre
20 cl de vin blanc sec
1 gousse d'ail
1 échalote
50 g de beurre
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

Préparation

Lavez, essuyez et coupez en morceaux les courgettes. Epluchez et ciselez l'échalote, écrasez l'ail. Faites revenir dans l'huile d'olive, l'ail, l'échalote et les courgettes pendant 10 minutes à feu moyen. Egouttez, mixez et réservez.

Étalez la farce au centre des filets de poulet, salez, poivrez, roulez et ficellez. Réservez. Lavez, essorez et ciselez la coriandre fraîche.

Faites cuire les filets de poulet bien dorés dans une sauteuse avec le beurre. Retirez le gras de la cuisson, ajoutez le fond de volaille, les graines de coriandre, la coriandre fraîche, le sel, le poivre, et l'eau pour couvrir les filets. Faites cuire 20 minutes à feu doux. Sortez les blancs et égouttez-les. Coupez-les en tronçons et disposez-les sur les assiettes. Coupez des copeaux de mimolette à l'aide du couteau économe et disposez-les dans les assiettes. Filtrez le jus de cuisson et ajoutez-le au moment de servir. Déguster.

Une recette de Marc Labourel.

Une autre recette de cuisine facile à la Mimolette :

- * [Rollmops, vieille Mimolette et crème fraîche – recette](#)
- * [Filet de poulet à la graine de coriandre et vieille Mimolette – recette](#)
- * [Mimolette en salade – recette](#)
- * [Mimolette façon soufflé au fromage – recette](#)
- * [Salade mimolette et carottes – recette](#)
- * [Mimolette et tomates séchées en cake – recette](#)
- * [Mimolette et jambon en clafoutis – recette](#)

RECETTE MIMOLETTE – [recette mimolette](#) – [RECETTE MIMOLETTE](#)