

# Hauts de cuisse de poulet à la moutarde de Meaux et champignons en cocotte, salade de couscous à la vinaigrette tiède aux herbes fraîches |

Recette pour 4 personnes



## Description

Tendres morceaux de hauts de cuisse de poulet et champignons de Paris cuits dans une sauce au vin blanc, crème, moutarde de Meaux et estragon et accompagnés d'un couscous agrémenté d'une vinaigrette tiède aux herbes.

## L'astuce du chef

La moutarde de Meaux joue un rôle de liant dans cette recette permettant d'épaissir la sauce au vin blanc.

## Ingrédients

### Pour la cocotte de poulet

- 500 Gr Haut de cuisse de poulet
- 125 Gr Champignon
- 150 Gr Oignon rouge
- 125 Ml Vin blanc
- 125 Ml Crème 35% à cuisson
- 4 Branche(s) Estragon
- 15 Ml Moutarde de meaux
  
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

### Pour le couscous aux herbes fines

- 200 Ml Couscous
- 200 Ml Bouillon de poulet
  
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

### Vinaigrette tiède aux herbes

- 75 Gr Échalote ciselée
- 15 Gr Câpres

- 125 Gr Tomates cerises
- 30 Ml Vinaigre balsamique
- 4 Branche(s) Persil
- 8 Brin(s) Ciboulette
  
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

## **Préparation**

- Temps de préparation **30 mins**

### Mise en place

Coupez les hauts de cuisses de poulet en morceaux. Ciselez l'oignon rouge. Hachez les feuilles d'estragon. Ciselez la ciboulette et le persil italien. Nettoyez les champignons à l'aide d'un linge humide. Émincez-les finement.

Coupez les tomates cerises en 4. Égouttez les câpres.

### Préparation de la cocotte de poulet

Dans une cocotte ou une poêle, faites chauffer un filet d'huile végétale et faites saisir les hauts de cuisse à feu vif, afin d'obtenir une belle coloration dorée. Salez et poivrez. Ajoutez l'oignon et faites-le suer quelques minutes en remuant. Ajoutez les champignons, faites-les revenir 2 minutes. Déglacez au vin blanc, laissez réduire de moitié et ajoutez la crème et la moutarde. Laissez cuire à feu doux pendant 5 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe un peu. Ajoutez l'estragon au dernier moment.

### Préparation du couscous aux herbes fines

Amenez le bouillon de poulet à ébullition. Dans un bol, mélangez le couscous avec un filet d'huile d'olive. Versez le bouillon sur le couscous, mélangez et couvrez. Laissez gonfler 10 minutes. Égrainez le couscous à l'aide d'une fourchette.

Dans une poêle chaude avec de l'huile, faites revenir l'échalote ciselée. Ajoutez par la suite les câpres, les tomates cerises, déglacez avec le vinaigre balsamique, laissez réduire quelque peu, Hors du feu ajoutez l'huile d'olive (75 ml), bien mélanger à l'aide d'un fouet. Au moment de mélanger avec le couscous, ajoutez les herbes fraîches.

### Dressage de vos assiettes

Dans votre assiette, déposez un peu de couscous aux herbes, puis servez le poulet dans de petites cocottes et placez-les à côté du couscous aux herbes.

**Bon appétit!**