



## Blancs de poulet aux amandes et dattes

- Par [vision-plaisir](http://www.vision-plaisir.fr)

Une volaille perdue dans les dattes et à la recherche d'amandes.

### Ingrédients :

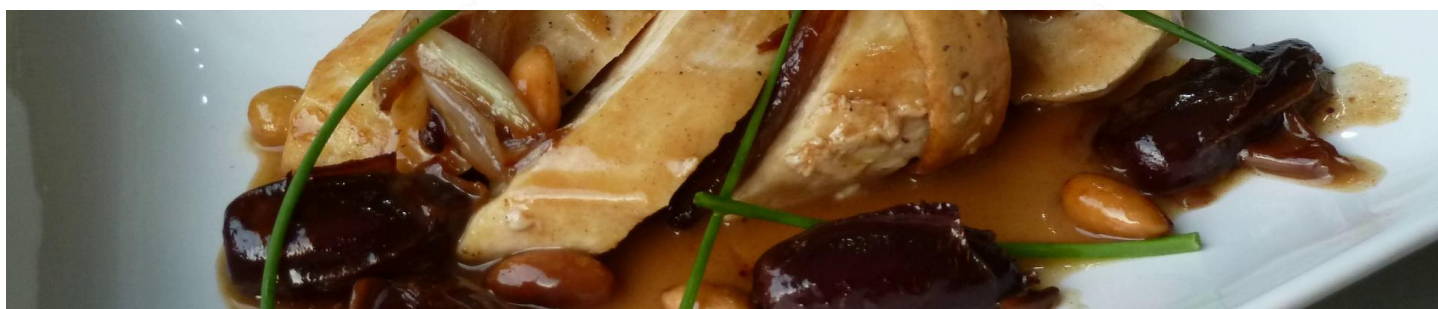
- 4 filets de poulet
- 25 cl de fond de volaille
- 50 g de beurre
- Huile de tournesol
- 30 g d'amandes émondées entières
- Sel fin
- Poivre du moulin
- 160 g de dattes
- 4 échalotes



## Pour les tuiles aux sésames

- 50 g de farine
- 1/2 blanc d'œuf
- Sésames non grillées

## Pour 4 personnes



### Réalisation de la recette :

Éplucher et couper en quartiers **les échalotes**. Chauffer un sautoir avec un peu d'huile d'olive. Faire revenir doucement les échalotes. Ajouter ensuite les **filets de poulet** et les faire dorer sur les deux faces sur un feu moyen. Assaisonner de sel fin et de poivre du moulin. Ajouter **les amandes entières** mondées et les dattes entières. Verser le fond de volaille et **porter à ébullition**. Cuire au **four 180° C** pendant 15 minutes en arrosant les filets de poulet tous les 5 minutes.

Après cuisson, **sortir le sautoir du four**, égoutter les filets de poulet avec les échalotes et les réserver au chaud. Mettre votre sautoir sur le feu et réduire de **moitié** le jus puis monter au beurre. **Dressage** : couper en escalope votre blanc de poulet et le disposer au centre de l'assiette. Déposer autour quelques dattes rôties et l'échalote. Arroser le filet de poulet avec la sauce se trouvant dans le sautoir en prenant **quelques amandes**.

*Vous pouvez ajouter une tuile aux sésames. Mélanger au fouet la farine, le beurre mou avec le blanc d'œuf. Il ne faut aucun grumeau. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin. Étaler votre pâte sur une plaque de cuisson. Réaliser une bande de 15 à 20 cm de long. Saupoudrer de sésame et cuire au four jusqu'à coloration. Sortir du four puis parer les bords pour obtenir une bande bien droite. Déposer votre bande bien chaude sur un support cylindrique. Il faut former un arceau. J'utilise une bouteille vide et légèrement chaude. Cette opération doit se faire très chaude.*