



Mes cordons bleus maison

Les cordons bleus maison sont une option délicieuse et réconfortante pour les repas en famille. **Préparés** avec des ingrédients frais et de qualité, ils surpassent largement les versions industrielles. Faciles à **réaliser**, ils offrent une panure croustillante et un cœur fondant de fromage et de jambon, faisant de chaque bouchée un vrai **régal**.

Les ingrédients pour la recette :

- 4 blancs de volaille
- 4 tranches de jambon blanc
- 200g de chapelure fine
- 12 tranches de fromage à burger
- Huile de tournesol
- 4 oeufs entiers
- 120g de farine



Recette de www.vision-plaisir.fr

Pour 4 personnes

La réalisation de la recette :

Les fameux cordons bleus industriels laissent souvent à désirer, n'est-ce pas ? Je vous propose donc ma recette de cordon bleu maison très gourmand, bien meilleur que ceux proposés par l'industrie. Pour commencer, préparez **trois récipients** : un avec de la farine, un avec des œufs battus assaisonnés, et un avec de la chapelure.

Passons maintenant à la confection des cordons bleus. Sur une **planche** à découper ou un papier de cuisson, placez un blanc de poulet et ouvrez-le en deux dans le sens de l'épaisseur. Repliez le papier de cuisson et aplatissez légèrement le blanc de poulet avec un rouleau à pâtisserie. L'objectif est **d'obtenir** une épaisseur uniforme. Une fois cela fait, assaisonnez le blanc de poulet avec du sel fin et du poivre du moulin. **Déposez** une tranche et demi de fromage à burger ou d'emmental sur la partie inférieure du blanc de poulet. Ajoutez une tranche de **jambon blanc** pliée en deux, puis une autre tranche et demi de fromage à burger ou d'emmental par-dessus. Refermez le blanc de poulet sur le fromage et le jambon, en pressant légèrement pour bien **sceller**.

Répétez cette opération selon le nombre de cordons bleus désirés, puis placez-les au réfrigérateur pendant environ **1h30**. Après ce temps de repos, mettez-les au congélateur pour les raffermir. Passons à la panure. Tout d'abord, enrobez légèrement les cordons dans la farine, puis secouez-les pour retirer l'excédent. Ensuite, **plongez-les** dans les œufs battus assaisonnés, et enfin, enrobez-les généreusement de chapelure. Répétez l'opération une seconde fois : œufs battus, puis chapelure. Pressez légèrement tout autour du cordon bleu pour que la chapelure adhère bien.

Et voilà, vos cordons bleus maison sont prêts à être **cuits** !

Dans une poêle, versez de l'huile de tournesol et chauffez-la. Lorsque l'huile est chaude, ajoutez vos cordons bleus et réduisez le feu à moyen pour éviter de les saisir trop rapidement. Laissez-les cuire pendant 2 à 4 minutes, puis retournez-les et poursuivez la cuisson pendant encore **5 minutes**. Ensuite, il ne vous reste plus qu'à les servir et à déguster un délicieux cordon bleu fait **maison** !