



Roulés de blancs de poulet sauce champignons de paris

- Par vision-plaisir

Bienvenue sur cette page. Le poulet et les **champignons de paris**. Une cuisson douce et **parfaite**.

Ingrédients :

- 4 filets de [poulet](#)
- 25 cl de crème liquide entière
- 2 litres de fond de volaille
- 500 g de champignons de paris
- [1 citron](#)
- 45 g de beurre doux
- 45 g de farine
- Sel fin et poivre du moulin
- Thym et laurier

Pour 4 personnes



Réalisation de la recette :

Préparer et laver les champignons de Paris. Les émincer finement et les verser dans une casserole. Ajouter un **jus de citron** et le bouillon de volaille. Porter à ébullition et assaisonner de sel fin et poivre du moulin. Réaliser dans une casserole un roux. **Le roux est toujours composé de beurre et de farine à poids égal.** Réserver dans la casserole. Déposer un filet de poulet sur du film alimentaire. Assaisonner de sel fin, poivre du moulin et l'enrouler pour en réaliser un boudin. Ficeler les deux **extrémités** et piquer légèrement pour **faciliter** la cuisson. Après avoir terminé vos boudins, les plonger dans le bouillon de champignons et cuire 35 minutes **en ne pas dépassant les 80° C.** Une fois cuits, les réserver au chaud.

Filtrer le bouillon et verser les champignons dans la casserole où se trouve le **roux**. Ajouter 1/2 litre du bouillon et le porter à ébullition. Cuire jusqu'à épaissement de la sauce. Ajouter la crème liquide et assaisonner. Chauffer **sans** la faire **bouillir**. Défaire vos boudins et les escaloper en rondelles. Les disposer dans un plat et verser la sauce chaude dessus. Accompagner vos roulés de poulet avec des tagliatelles ou un [riz](#).