

Poulet croustillant au citron

Difficulté : Facile

Préparation : 15 min / **Cuisson :** 10 min

Ingrédients pour 2 personnes

- ✓ 2 escalopes de poulet
- ✓ 2 jaunes d'oeuf
- ✓ 35 ml d'eau froide
- ✓ 50 g de maïzena
- ✓ 1 cuil à soupe d'huile d'olive
- ✓ Sel / Poivre

Pour la sauce au citron :

- ✓ 3 cuil à soupe de sucre
- ✓ Le jus d'un citron jaune
- ✓ 1/2 cuil à café de gingembre
- ✓ 2 cuil à soupe de sauce de soja
- ✓ 1 cube de bouillon de volaille
- ✓ 3 cuil à café de maïzena
- ✓ 125 ml d'eau

Préparation :

Recettes de Caline

Pressez le citron et récupérez son jus.

Ajoutez ensuite 125 ml d'eau dans une casserole, le cube de bouillon de volaille, le jus de citron, le sucre, la sauce de soja et le gingembre.

Faites chauffer l'ensemble.

Pendant ce temps, délayez la maïzena dans un petit peu d'eau.

Versez ensuite la maïzena dans la préparation de jus de citron et mélangez l'ensemble.

Laissez chauffer jusqu'à la reprise de l'ébullition et laissez cuire 2 min : la sauce doit s'épaissir.

Mettez ensuite la sauce de côté.

Versez dans un saladier 35 ml d'eau froide, la maïzena, les jaunes d'oeufs et mélangez l'ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte qui doit avoir une consistance semi-épaisse, poivrez

Enrobez ensuite les filets de poulet de cette pâte en les plongeant dedans.

Faites chauffer de l'huile dans une poêle et faites dorer les filets de poulet des deux côtés.

Salez et poivrez.

Après coloration, placez le poulet sur du papier absorbant et découpez le filet en petits morceaux.

Bon appétit à toutes & tous !!