

# Crumble poulet à la moutarde

**Difficulté :** Facile

**Préparation :** 15 min / **Cuisson :** 30 min

## Ingrédients pour 4 personnes :

- ✓ 4 blancs de poulet
- ✓ 6 cuil à soupe de crème épaisse
- ✓ 6 cuil à soupe de moutarde de Dijon
- ✓ Sel & poivre

## Pour le crumble

- ✓ 1/2 baguette de pain rassis  
ou 5 tranches de pain de mie complet
- ✓ 100 g de beurre fondu
- ✓ 4 cuil à soupe de moutarde de Dijon

## Préparation : *Recettes de Caline*

Préchauffez votre four à 180°C (Th.6).

Coupez le poulet cuit en fines lamelles.

Faites-les cuire soit à la poêle avec une noisette de beurre,  
soit pochés dans un bouillon de poule.

Mélangez la crème & la moutarde.

(ATTENTION, si vous n'aimez pas quand ça pique, prenez une moutarde  
douce ou réduisez la quantité de moutarde)

Dans un plat creux allant au four, mettre les lamelles de poulet  
puis versez la sauce crème-moutarde.

Mixez la baguette rassie ou les tranches de pain de mie.

Mélangez les miettes de pain avec le beurre fondu et la moutarde  
(idem que pour le mélange crème moutarde, réduisez la quantité de  
moutarde si vous n'aimez pas quand ça pique).

Etalez ce mélange sur le poulet.

Enfournez et faites cuire 30 min.

Vous reste plus qu'à passer à table

Accompagnez de riz

**Bon appétit à toutes & tous !!**