

Cuisse de poulet poché à l'autocuiseur

Ingrédients pour 2 personnes :

2 cuisses de poulet

Difficulté : Facile

30 g de coulis de tomates

Préparation : 10 min

1 oignon

Cuisson : 45 min env.

1 cuil à café d'ail semoule

25 g de beurre

Sel & poivre

Thym

Préparation :

Placez les cuisses de poulet dans la cuve de l'autocuiseur.

Recouvrez les d'eau.

Ajoutez une pincée de sel et de thym, fermez le couvercle et programmez le menu » POCHER » pour 30 min.

Lorsque les cuisses sont pochées, hachez l'oignon et l'ail.

Nettoyez la cuve et ajoutez le beurre puis programmez le menu » PLANCHAS » pendant 10 min.

Lorsque la température est atteinte, ajoutez les oignons et l'ail.

Après 5 min, incorporez les cuisses de poulet, le coulis, le thym, le sel et le poivre et bien mélanger le tout et laissez cuire quelques instant

Accompagnez de haricots verts ou pommes de terre à l'eau

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!