

Filets de poulet prunes rouges
Conchiglionis farcis
8 couverts



DENRÉES	UNITÉS	QUANTITÉ	DÉROULEMENT
BASE			Base :
Filets de poulet	Kg	1,2	Dénervé les filets de poulet, émincer assez grossièrement pour garder du moelleux.
Prunes rouges	Kg	1	Faire mariner si possible dans l'huile d'olive avec les épices et le sucre.
Huile d'olive	L	0,100	Suer les oignons ciselés finement, ajouter les filets de poulet et faire bien sauter, débarrasser, faire sauter rapidement les prunes coupées en deux et dénoyautées, débarrasser.
4 épices	Pm	Pm	Faire pincer les sucs, déglacer avec le vin blanc, laisser réduire, mouiller avec le fond, ajouter l'ail écrasée, le BG et réduire à nouveau.
Oignons rouges	Kg	0,200	Si trop sucrer ajouter un trait de vinaigre, monter la sauce au beurre.
Ail	Kg	0,050	Remettre le poulet égoutté dans la sauce avec les prunes, en garder pour la présentation.
Fond de volaille	L	0,5	Conchiglionis :
Vin blanc moelleux	L	0,5	Plonger quelques minutes les conchiglionis dans l'eau bouillante salée pour les cuire, ne pas trop cuire ! Égoutter et réserver.
Cassonade	Kg	Pm	Blanchir rapidement les feuilles de blettes à l'eau salée, bien égoutter.
Vinaigre de xérès	L	Pm	Suer à l'huile d'olive, assaisonner et égoutter.
Beurre	Kg	0,050	Mélanger avec la ricotta et jaunes d'œufs.
Sel, poivre, piment, BG	Pm	Pm	Farcir les conchiglionis et garder au chaud dans un plat au four avec un peu de fond de volaille.
CONCHIGLIONIS FARCIS			Garniture
Conchiglionis (gros)	Pce	24	Laver, enlever le plus gros des fils, tailler en sifflet et blanchir, égoutter.
Gros sel	Pm	Pm	Suer à l'huile et ajouter un peu de miel pour caraméliser.
Eau	L	2	Dressage :
Feuilles de blettes où épinards	Kg	2	Dresser en assiettes bien chaudes harmonieusement et décorer avec des fines herbes et le reste de prunes.
Huile d'olive	L	0,025	
Ricotta	Kg	0,5	
Jaune d'œufs	Pce	2	
Fond de volaille	L	1,5	
GARNITURE			
Côtes de blettes	Kg	2	
Fond de volaille/ eau salée	L	1	
Huile d'olive	L	0,050	
Miel	Kg	0,050	
Sel, poivre, piment	Pm	Pm	
DÉCOR			
Persil plat	Botte	0,5	
Notes personnelle			