



## LE BLANC DE VOLAILLE AUX POMMES FRUIT ET POMMES DE TERRE ECRASEES A L'ANETH

par Alain Boschman Restaurant «Le Grand Ryeu» Gandrieu.  
Belgique.

---

Préparation : 15      Cuisson : 20      Nbre de personnes : 4

### **Ingrédients**

4 blancs de volaille  
2 pommes fruits  
30 gr de sucre S2  
20 gr de beurre  
Sel et poivre  
Pour les pommes de terre écrasées :  
600 gr de pommes de terre, 100 gr de beurre, sel, poivre  
Un peu d'aneth frais (optionnel).

### **Réalisation**

- 1) Epluchez les pommes fruits et coupez les. Mettez les à cuire doucement avec le beurre et le sucre.
- 2) Epluchez et lavez les pommes de terre, mettez les à cuire dans de l'eau que vous portez à ébullition. Réduire le feu (l'eau doit juste frémir) jusqu'à la cuisson finale.
- 3) Prenez les blancs de volaille et disposez-les dans une cocotte avec un peu de beurre de ferme. Saler et poivrer. Couvrir et laisser cuire à feu moyen pendant 15 minutes.
- 4) Egouttez les pommes de terre, écrasez la chair à la fourchette en incorporant le beurre, un peu de sel, un peu d'aneth émincé finement (optionnel) et bien mélanger

Dresser les morceaux de poulet dans l'assiette avec les pommes fruits et les pommes de terre écrasées.