

Blinis au poulet à l'estragon :

(Recette pour 4 personnes)

Ingrédients :

Blinis :

Œufs : 4 pièces

Farine : 200 gr

Farine sarrasin : 100gr

Lait : 6dl

Crème : 1dl

Levure : 12gr

Sel

Garniture :

Poulet : 1 filet

Julienne de carotte : 250gr

Yogourt : 2 cuillères à soupe

Mayonnaise : 1 cuillère à soupe

Estragon

Sel/Poivre

Préparation :

Faire tiédir le lait et la crème et délayer la levure de boulanger avec. Mélanger la farine avec les jaunes d'œufs, puis incorporer les éléments liquides. Bien émulsionner le tout et laisser reposer 1 heure.

Monter les blancs en neige bien fermes et les ajouter délicatement à la pâte, puis saler la pâte à blinis.

Cuisson :

Huiler légèrement une poêle antiadhésive, une fois chaude déposer un emporte pièce rond de 8cm, couler 2 cuillères à soupe d'appareil à blinis ; lorsque des petite bulles apparaissent, le retourner et laisser cuire 1 minute.

Poulet :

Inciser le filet de poulet sur le côté, afin de pouvoir l'étaler à plat, Saler, poivrer. Disposer quelques feuilles d'estragon au milieu, rouler avec du papier transparent et cuire dans une eau frémissante (80degrés) pendant 15 minutes. Laisser refroidir une nuit au frigo.

Dressage :

Disposer sur un blinis de la julienne de carotte assaisonnée de yogourt, mayonnaise et estragon. Découper de très fines tranches de poulet, les poser sur la julienne, recouvrir d'un deuxième blinis légèrement de biais.