

SUPRÊME DE VOLAILLE AU CITRON

petits pois mélisse menthe

www.professioncuisinier.com

RECETTE POUR 8 PERSONNES

ÉLÉMENTS DE BASE

Suprême de volaille 8 Pièces
Citrons 4 Pièces
Beurre ½ sel 0,100 Kg
Thym frais ¼ Botte
Sel, poivre. PM
Fond blanc de volaille 1 Litre
Curry PM

PETITS POIS

Petits pois surgelés 1,6 Kg
Beurre ½ sel 0,100 Kg
Sucre PM
Menthe fraîche ½ Botte
Mélisse fraîche ½ Botte
Crème liquide 0,20 Litre

CAROTTES GLACÉES

Mini-carottes 24 Pièces
Jus d'orange ½ Litre
Beurre 0,050 Kg
Huile d'olive 0,05 Litre
Sel, poivre PM

FINITION

Fleurs de bourache PM

Mélisse

Menthe



PROGRESSION

- 1. Manchonner et contiser** les suprêmes de volaille avec des suprêmes de citron pelé à vif.
- 2. Rôtir les suprêmes à 180°C.** Arroser fréquemment. ⚠ bien masquer les suprêmes de beurre ½ sel pommade mélangée avec le jus de citron des suprêmes. Bien assaisonner et ajouter le thym frais.
- 3. Réaliser un jus de rôti.** Pincer fortement les sucs, déglacer avec du fond blanc de volaille, réduire et parfumer le jus au curry.
- 4. Étuver les petits pois** avec un peu d'eau, du beurre ½ sel et du sucre. À mi-cuisson, incorporer la menthe et la mélisse ciselée.
En fin de cuisson, prélever ¼ des petits pois et les réduire en purée au «Blender» avec un peu de crème liquide.
- 5. Éplucher et glacer les mini-carottes** avec le jus d'orange, beurre et huile d'olive.
- 6. Dressage.** Dresser le suprême sur les petits pois, déposer un ruban de purée de petits pois, les carottes et quelques fleurs de bourache.

