

CRÈME DE POULET AU CITRON

Texture liquide (granulométrie LQ3).

Image not found

[https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/173/thumbnails/image173 creme de poulet au citron texture.jpg](https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/173/thumbnails/image173%20creme%20de%20poulet%20au%20citron%20texture.jpg)



Temps de préparation : 15 min - Temps de cuisson : 7 min - Temps de repos : 1h

Ingrédients (2 personnes)

- 2 feuilles de gélatine de 2g
- 1 citron jaune
- 1 filet de poulet
- 2 c. à s. de crème fraîche épaisse
- 200g de fromage blanc

Préparation

Faire fondre la gélatine dans un verre d'eau froide. Presser le citron.

Hacher la viande au couteau. Au four à micro-ondes, faire cuire la viande 5 à 6 min à 400 W. Laisser refroidir.

Mixer avec la crème, le jus de citron, la gélatine égouttée et le fromage blanc. Assaisonner.

Verser dans un ramequin.

Laisser prendre au réfrigérateur pendant au moins 1h.