

Suprême de volaille fermière au chou "coeur de boeuf" à la sauge, réduction de bière blonde à la crème.

Pour 4 personnes

4 Filets de volaille fermière

1 chou cœur de bœuf

30 cl de bière « Abbaye de Baume les Messieurs »

(Brasserie La Rouget de Lisle)

100 gr de crème fermière

50 gr de beurre

1/2 bouquet de feuilles de sauge

1/2 bouquet de persil plat

4 branches de thym frais

Huile d'olive de première pression à froid

Sel, poivre du moulin



★ *La recette*

Effeuilier le chou, le laver, ôter les côtes et cuire les feuilles à l'eau bouillante salée pendant 3 à 4 mn. Les refroidir dans de l'eau glacée. Les déposer sur un torchon pour les égoutter.

Laver la sauge et le persil plat. Réserver 12 feuilles de sauge. Hacher le reste avec le persil plat.

Faire réduire la bière des 2/3, ajouter la crème, saler et poivrer légèrement et laisser réduire jusqu'à la nappe. Laisser en attente. Préchauffer le four à 160°

Pendant ce temps, saisir les filets de volaille dans un peu d'huile d'olive afin qu'ils soient dorés, les saler, les poivrer et les retourner. Laisser cuire encore 3 mn, saler poivrer, puis les déposer sur un plat et les enfourner pendant 5 à 7 mn environ (cela dépendra de leur épaisseur). Vous devez obtenir une cuisson à cœur de 55°.

Chauffer un peu d'huile d'olive et frire les feuilles de sauge. Les égoutter sur un papier absorbant les saler et laisser en attente

Pendant ce temps, mettre à fondre le beurre et ajouter les feuilles de chou ainsi que les herbes hachées et les brindilles de thym frais. Bien les enrober en maintenant une cuisson douce.

Au terme de la cuisson des filets de volaille, les sortir du four, les escaloper en biais. Remonter en température la crème, ajouter 5 cl de bière et l'émulsionner à l'aide d'un mixeur plongeur. Goutez et rectifier l'assaisonnement si besoin.

★ *Comment dresser*

Dans des assiettes chaudes, déposer la volaille escalopée, ajouter les feuilles de choux et napper de sauce à la bière. Terminer par les feuilles de sauge.

