

Quenelles de volaille maison

Pour 4 personnes :

- 250g de blanc de volaille
- 100g de farine
- 50g de semoule de blé fine
- 25cl de lait
- 100g de beurre demi-sel
- 50g de beurre doux mou
- 5 œufs
- 1 pincée de noix de muscade
- 1 cuillère à soupe de sel
- 1 cuillère à café de poivre
- 10g de fleur de sel(ou gros sel)



Préparation :

1. Dans une casserole, portez à ébullition le lait avec le beurre demi-sel en morceaux, la fleur de sel et le poivre. Hors du feu, versez la farine en remuant.
2. Remettez sur feu doux, mélangez jusqu'à ce que la pâte se détache de la casserole. Ajoutez la semoule dans la casserole, puis mélangez jusqu'à obtenir une boule de pâte.
3. Hors du feu, ajoutez 3œufs un à un, en mélangeant. Placez ensuite cette préparation dans un saladier. Dans le bol d'un mixeur mixer les blancs de volaille avec le sel fin et le beurre doux. Ajoutez ensuite la pâte réservée et la noix de muscade. Puis incorporez les deux œufs restants un à un en mixant.
4. Façonnez 8 quenelles entre vos mains humidifiées et pochez-les pendant 10 à 12 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.
5. Egouttez-les sur du papier absorbant.

