

BALLOTINES DE POULET FARCIES AU BOURSIN ET AUX TOMATES SECHÉES



4 personnes

Ingrédients :

4 escalopes de poulet très fines

12 tomates séchées à l'huile

8 c à c de boursin cuisine à l'échalote et ciboulette (Boursin que l'on peut cuire, au rayon crème fraîche du supermarché)

1 pot de sauce tomate parfumé

Faire ouvrir les escalopes de poulet pour qu'elles soient très fines.

Saler et poivrer le poulet des deux côtés. Disposer au centre des escalopes sur la longueur 2 cuillères à café de boursin. Poser 3 tomates séchées sur le boursin les unes à côté des autres.

Rouler délicatement l'escalope et la poser sur un grand morceau de film étirable. Rouler délicatement le film bien serré autour du poulet pour que la ballotine soit hermétique.

Faire cuire 20 mn à la vapeur.

Egoutter les ballotines. Couper au ciseau une extrémité du film à ras de l'escalope et pousser de l'autre côté pour libérer la ballotine.

Couper les ballotines au milieu en biais avec un couteau bien tranchant et les disposer sur un plat en les nappant avec la sauce tomate chaude.

Servir avec des pâtes fraîches.

(On peut préparer les ballotines à l'avance et les conserver au réfrigérateur avant de les cuire.)