

# Parmentier de poulet au curry



Pour 3 cocottes (les miennes font 350 ml, pour vous donner une idée):

- 2 blancs de poulet (environ 300 g )
- 1/2 poivron rouge
- 1/2 poivron jaune
- 1 petit oignon
- 2 cs d'huile d'olive
- 10 cl de crème liquide
- 800 g de pommes de terre pelées
- 1 belle noix de beurre
- 10 cl de lait
- sel, poivre, curry
- emmental râpé
- chapelure

Faire cuire les pommes de terre pelées à l'eau bouillante salée pendant 20 min.

Dans une sauteuse, faire dorer les blancs de poulet salés et saupoudrés de curry dans l'huile d'olive. Rajouter les légumes pelés et taillés en dés et laisser revenir quelques minutes.

Lorsque le poulet est cuit, le retirer de la sauteuse (mais maintenir le feu sous les légumes) et l'effilocheur à l'aide de deux fourchettes. Réserver.

Lorsque les légumes sont tendres, rajouter le poulet effiloché, la crème. Rectifier l'assaisonnement. Laisser mijoter.

Pendant ce temps, préparer la purée: écraser les pommes de terre avec un presse-purée en ajoutant le lait et la noix de beurre.

Dans chaque cocotte, répartir le mélange poulet-légumes puis une belle couche de purée. Saupoudrer d'emmental râpé et de chapelure puis faire gratiner sous le grill du four.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com/>