

# Ballotines de poulet aux couleurs d'Italie



## Ingrédients pour 4 personnes :

- 4 escalopes de poulet
- 120g de tranches de lard très fines
- 1 boule de mozzarella
- 200g d'épinards (100g pour les ballotines et 100g pour le risotto)
- quelques pétales de tomates séchées
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 échalote
- 250g de riz arborio
- environ 3/4 de litre de fond de veau
- 10cl de vin blanc sec
- 40g de parmesan râpé
- sel et poivre
- 10cl de crème

## Préparation :

### *Les ballotines:*

Dérouler du film alimentaire. Poser dessus en les faisant se chevaucher légèrement, la moitié des tranches de lard. Si besoin, couper les escalopes de poulet dans l'épaisseur, puis en déposer une sur le lard. Saler et poivrer légèrement. Couvrir ensuite de quelques feuilles d'épinard préalablement fondues dans un peu de beurre pendant quelques minutes. Poser 3 ou 4 tranches fines de mozzarella suivant la largeur), puis quelques morceaux de tomates séchées. Couvrir d'une seconde escalope et rouler en serrant fermement le film alimentaire. Remettre un film dans l'autre sens pour que la ballotine soit parfaitement maintenue et fermée. Recommencer l'opération avec les 2 escalopes restantes, on obtient 2 ballotines. Les plonger pendant 25mn dans une casserole d'eau bouillante. Egoutter et réserver. Cette étape peut se faire la veille du repas, conserver alors les ballotines au frais sans retirer le film.

*Le risotto:*

Dans une cocotte, chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive, et faire suer une échalote finement émincée. Ajouter le riz et remuer bien jusqu'à ce qu'il devienne transparent. Ajouter le vin et faire évaporer. Ajouter louche par louche le bouillon chaud et cuire à feu doux. Dès que le liquide est absorbé, ajouter du bouillon. Cuire en remuant de temps en temps pendant environ 20 mn. Ajouter le parmesan et le reste des épinards, rectifier l'assaisonnement si besoin. Remuer, couvrir et laisser reposer 2 mn.

Faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse. Retirer le film des ballotines et les faire dorer sur toutes les faces. Retirer les ballotines, déglacer les sucs avec la crème et laisser réduire à nappe. Trancher les ballotines, déposer 3 ou 4 tranches par assiette, ajouter le risotto aux épinards et napper de sauce.