Poulet aux Girolles, Crème et Vin Blanc : La Recette Gastronomique Inratable

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 600g à 800g de poulet (filets ou hauts de cuisse)
- 400g de girolles fraîches
- 2 échalotes ciselées
- 15cl de vin blanc sec
- 20cl de crème liquide entière (30% de matières grasses minimum)
- Beurre, huile, sel et poivre

Préparation des ingrédients

- Nettoyez les girolles rapidement à l'aide d'un pinceau ou d'un essuie-tout humide : ne jamais les faire tremper pour éviter qu'elles n'absorbent l'eau et ne perdent leur texture.
- Ciselez finement les échalotes pour préparer la base aromatique qui sublimera le vin blanc.

Étapes de cuisson

- Faites dorer le poulet à la poêle pour provoquer la réaction de Maillard, puis déglacez avec le vin blanc sec pour récupérer les sucs de cuisson.
- Cuisez les girolles à feu vif séparément ou ajoutez-les en fin de cuisson pour conserver leur mâche et éviter qu'elles ne rendent trop d'eau.
- Incorporez la crème liquide entière en fin de cuisson pour obtenir une sauce onctueuse sans risque de tranchage.

Sécurité et finition

- Vérifiez que la température à cœur du poulet atteint 74°C (165°F) pour garantir une cuisson sûre.
- Laissez reposer la viande 5 minutes après la cuisson : cette étape permet aux jus de se répartir uniformément dans les fibres pour une tendreté optimale.