



NUGGETS ET CRÈME DE GOUDA D'ANNE SOPHIE PIC

pour 4 personnes

Farce : 400g blanc de poulet - 20cl crème liquide très froide - 1 blanc d'oeuf - sel - poivre -

Panure : 200g farine - 4 oeufs - 4 càs huile (de pépins de raisin par exemple) - 4 pées de sel - 200g chapelure - 5g cumin en poudre - 1l huile de pépins de raisin (pour la friture) -

Crème de gouda : 100g de gouda - 10cl lait -

Mixer finement la chair de poulet avec la crème et le blanc d'oeuf, saler et poivrer. Verser dans un saladier. Pour le moulage, disposer un grand morceau de film alimentaire, y disposer 1/4 de la farce. Rouler très serré. Faire des noeuds à chaque extrémité. Renouveler l'opération avec le reste de farce.

Cuire les boudins dans une casserole d'eau bouillante pendant 25 minutes (l'eau ne doit pas bouillir). Egoutter et laisser refroidir. Si vous avez décidé de les préparer la veille, les entreposer au réfrigérateur. Sinon ôter le film alimentaire, couper en tranches de 1cm d'épaisseur ~. Entreposer au frais.

Préparer la panure. Disposer 3 assiettes creuses sur le plan de travail : 1ère/ contenant la farine, 2ème/ les oeufs battus avec l'huile et le sel et la 3ème/ la chapelure et le cumin. Rouler les tranches de farce dans la farine, puis dans les oeufs, puis dans la chapelure. Répéter l'opération une seconde fois. Réserver sur une plaque ou un grand plat.

Préparer la sauce. Dans une casserole, fondre à feu doux le gouda et le lait. Ne pas faire bouillir. Réserver au frais.

Chauffer l'huile dans une sauteuse. Plonger les nuggets en deux fois. Laisser cuire et dorer 2 à 3 minutes. Egoutter et éponger sur du papier absorbant. Les servir chauds avec la crème de gouda (les tremper dedans).

[Http://menuspropos.canalblog.com](http://menuspropos.canalblog.com)