

# ESCALOPES DE POULET AUX SHIITAKE BIO DE L'OVERLAND ZURICHOIS

Recette pour 4 portions

400 g de brocoli bio  
100 g de shiitake bio de l'Oberland zurichois  
50 g de raisin, blanc sans pépin  
4 escalopes de poulet  
1½ cs de beurre  
Sel  
Poivre  
200 ml de bouillon de poule  
150 g de demi-crème  
1 cs chacun de jus et d'écorce d'une limette bio

Laver le brocoli et le découper en petites rosettes.  
Frotter les champignons à l'aide d'un torchon.  
Couper les tiges et découper les chapeaux en larges lamelles.  
Laver le raisin.

Chauffer une cuiller à soupe d'huile dans la poêle.  
Faire revenir délicatement les escalopes de poulet 5 minutes  
de chaque côté, saler, poivrer et réserver au chaud.

Faire revenir délicatement le brocoli et les champignons  
3 à 4 minutes dans le reste du beurre. Verser le bouillon et la crème;  
réduire 5 minutes. Ajouter le raisin, le jus de limette et l'écorce.  
Assaisonner la sauce avec du sel et du poivre.  
Dresser les légumes aux champignons, poser la viande par-dessus  
et servir accompagné avec du riz basmati.



Le plat de service en illustration provient de particuliers.