

Brochettes de poulet et sauce au citron

Pour 8 brochettes de 3 boulettes ou 12 brochettes de 2 boulettes



Sauce au citron

150 g séré à la crème
3 cs de mayonnaise
2 pincées de sel + poivre
1 citron non traité

Délayer dans un bol.
Ajouter et mélanger.
Assaisonner.
Ajouter ½ zeste râpé et 1 cc de jus.

Couvrir et réserver au frigo.

Boulettes de poulet

300 g de blancs de poulet

1 tranche de pain de mie



1 jaune d'œuf frais

1 échalote

1 cs de feuilles de thym citron

½ cc de sel + poivre



1 cs d'huile de colza HOLL ou d'huile d'olive

Hacher finement à l'aide d'un grand couteau sur une planche puis déposer dans une terrine.

Enlever la croûte et laisser tremper la mie dans l'eau puis presser dans un carré de papier de ménage et ajouter à la viande.

Délayer puis ajouter.
Hacher finement puis incorporer.
Laver, sécher dans du papier de ménage puis détacher les petites feuilles de la tige centrale, mettre dans la terrine.
Assaisonner.

Bien malaxer la masse puis, mains mouillées, former des boulettes de la taille d'une petite noix (= 24 boulettes).

Chauffer à feu vif dans un poêle à frire, rôtir les boulettes par portions durant 5 min. environ.
Réserver dans un plat au four à 75°C.

Présentation

Petites brochettes en bois

Dresser 2 à 3 boulettes sur une petite brochette en bois et déposer sur une petite assiette.

Servir avec la sauce au citron décorée d'un peu de citron et de thym.

Remarque:

Les boulettes peuvent aussi se servir froides.