

Tourte au poulet

Pour moule ou plaque à gâteau Ø 28 cm

Préparation: 30 min. env.

Macération: 30 min. env.

Cuisson: 40 min. env.



Marinade

½ cc de moutarde de Dijon
2 cs de vin blanc
1 gousse d'ail pressée
¼ cc de paprika
½ cs de romarin finement haché
un peu de poivre

Mélanger tous les ingrédients, dans un bol.

500 g de blancs de poulet,
coupés dans la largeur en lanières
d'env. 5 mm d'épaisseur ou émincé de poulet

Incorporer les lanières de poulet, laisser mariner env. 30 min. à couvert au réfrigérateur.

Beurre à rôtir
½ cc de sel

Bien chauffer le beurre à rôtir dans une poêle. Eponger les lanières de poulet, faire revenir par portions, réserver, saler, laisser tiédir un peu. Egoutter si nécessaire.

Farce

1½ dl de lait
2 œufs battus
250 g de gruyère râpé
300 g de carottes grossièrement râpées
3 cs de persil finement haché
3 cs de ciboulette finement ciselée
½ cc de sel, un peu de poivre

Mélanger dans un bol le lait et tous les ingrédients, y compris le poivre.

2 abaisses de pâte à gâteau
1 œuf battu pour dorer



Montage de la tourte:

Déposer une abaisse avec un papier sulfurisé dans le moule, piquer généreusement le fond à la fourchette. Etaler la moitié de la farce sur la pâte, répartir dessus les lanières de poulet, couvrir avec le reste de farce.

Dorer le bord de pâte à l'œuf battu. Retourner sur la farce la deuxième abaisse de pâte, ôter le papier, presser les bords pour les souder. Tenir la pâte au bord avec deux doigts, tirer un peu de pâte vers l'intérieur avec un doigt de manière à onduler le bord. Piquer généreusement et dorer le couvercle à l'œuf battu.

Cuisson:

Dans la moitié inférieure du four préchauffé à 220°C durant env. 40 min. (air chaud: 200°C).

Préparation à l'avance:

2 à 3 heures avant, préparer la farce, faire revenir les lanières de poulet, laisser refroidir. Garder séparément à couvert au réfrigérateur.

Précuire la tarte 20-30 min. à 220°C. Refroidir dans la plaque ou congeler selon besoin.

Terminer la cuisson 20-30 min. à 200°C au moment du repas.