

Filet de Volaille, et Petits légumes sauce au Champagne

Ingrédients pour 4 personnes

4 Filets de volaille de 120 g	120 g	<i>Sauce Champagne</i>
2 carottes	20 g	25 cl Champagne ou crémant de Bourgogne
1 courgette	20 g	25 cl Crème
¼ de céleri rave	20 g	
80 g de Petits pois écosés	20 g	
Bouillon de volaille (préparé avec un cube)	50 cl	
Champagne ou crémant	10 cl	
Sel, poivre		

Préparation

Faire réduire 10 cl de champagne de moitié et ajouter le bouillon de volaille. Porter à frémissement dans une grande casserole et ajouter les 4 filets de volaille que l'on aura assaisonné préalablement.

Cuire les filets une vingtaine de 20 minutes à 70°C.

Débarrasser les filets de volaille dans un plat avec la moitié de bouillon restant.

Faire les billes de carotte, céleri et courgette avec une cuillère à pomme parisienne de petite taille et les cuire séparément à l'eau bouillante salée en les rafraichissant dans l'eau glacée en fin de cuisson pour qu'elles restent croquantes. Cuire les petits pois de la même façon.

On pourra également tailler les légumes en petits cubes (comme une macédoine) si l'on n'a pas de cuillère.

Réserver tous les légumes ensembles au réfrigérateur.

Pour faire la sauce, faire réduire les 25 cl de Champagne presque à sec puis ajouter 25 cl de bouillon de cuisson des filets.

Réduire de moitié, ajouter la crème et réduire à nouveau pour obtenir la bonne consistance.

Finition et Dressage

Réchauffer les filets de volaille doucement dans leur bouillon de cuisson.

Chauffer les légumes dans une casserole avec un peu de sauce et les assaisonner.

Ajouter le reste de sauce et rectifier l'assaisonnement.

Découper chaque filet de volaille en 4 et les dresser dans chaque assiette, ajouter les billes de légumes et saucer.

Servir le reste de sauce en saucière.