

RECETTE CUISINE des GONES

BRECHETS de POULETS

Ingrédients :

- 700 gr de Bréchets de poulets
- farine
- 150 gr d'oignons
- 2 gousses d'ail pilées
- 150 gr de beurre
- 1/2 bouquet de persil
- sel, poivre du moulin

Recette:

(Façon fricassée de grenouilles
ou
"Les Grenouilles du Pauvre")

- Passez les bréchets dans la farine, bien les secouer.
- Faites-les sauter a feu vif dans le beurre chaud avec les oignons émincés.
- Salez, poivrez et laissez cuire 15 mn en remuant de temps en temps.
- Quand les bréchets sont bien dorés et presque cuits, ajoutez l'ail
- Au dernier moment, saupoudrez de persil haché.
- Servez bien chaud,

Bon Appétit