



SUPRÊME DE CHAPON À LA MOUTARDE

Ingrédient : Pour 4 personne(s)

- 2 suprêmes de chapon
 - 2 c à s de moutarde forte
 - 100g de crème fraîche
 - 10 cl de vin blanc
 - Sel
 - Poivre
 - Huile d'olive
- Recette :

Saisir les suprêmes de chapon dans de l'huile d'olive.
Mettre le vin blanc et le laisser réduire.
Ajouter la moutarde, la crème et assaisonner.
Baisser le feu et cuire 10 min.
:.....



PS:

NON ! Les filets ou blancs de volaille ne sont pas des suprêmes !
pour être qualifié de suprême,
le filet doit être levé en même temps que l'aiguillette,
la peau qui le recouvre et le manchon,
c'est à dire que le suprême comporte toujours un petit bout d'os de l'aile (l'humérus).

Source: <http://gretagarbure.com>



Bon Appétit