

Poulet frit à la mode du Sud et gruau de maïs au cheddar



Poulet frit à la mode du Sud et gruau de maïs au cheddar



Portions : 6



Prep & Cuisson : 35 minutes

Ingredients

Gruau de maïs au cheddar :

2 tasses (500 ml) de lait 2 %
2 tasses (500 ml) d'eau
1 1/2 c. à thé (8 ml) de sel
1 tasse (250 ml) de semoule de maïs grossièrement moulue
1/2 c. à thé (3 ml) de poivre noir
2 c. à table (30 ml) de beurre non salé
2 c. à table (30 ml) d'huile d'olive
1/4 tasse (60 ml) de fromage cheddar, râpé
1/2 tasse (125 ml) de maïs en grains

Préparation :

6 cuisses de poulet panées croustillantes entièrement cuites de Reuven (Code de produit 10621)
6 œufs frits, miroir
6 c. à thé de beurre
1/4 tasse (60 ml) de tomates, en dés
2 c. à table (30 ml) de ciboulette, hachée
3 c. à table (45 ml) de miel

Instructions pour la préparation

Gruau de maïs au cheddar : Dans une casserole de 2 pintes à feu élevé, amener le lait, l'eau et le sel à ébullition. Ajouter lentement et de façon constante la semoule de maïs en fouettant continuellement. Réduire le feu à doux et couvrir; fouetter toutes les 3 à 4 minutes pour empêcher la formation de grumeaux. Cuire le mélange pendant 22 minutes ou jusqu'à consistance crémeuse. Retirer du feu, ajouter le poivre, le beurre et l'huile d'olive; mélanger jusqu'à ce que le beurre soit fondu. Incorporer graduellement le fromage et le maïs en grains en fouettant.

Préparation : Préparer les cuisses de poulet panées croustillantes selon les instructions sur l'emballage. Répartir le gruau de maïs au cheddar dans 6 assiettes et déposer 1 cuisse de poulet panée crouillante et 1 œuf frit sur chaque portion. Garnir de tomates en dés, de ciboulette et d'un filet de miel.



Pour plus de renseignements concernant la gamme complète de produits Reuven,

visitez notre site Web à www.reuven.com