



## **POÊLÉE DE BLÉ PAYSANNE SAUCE MOUTARDE À L'ANCIENNE**

### **Ingrédients : pour 4 personnes**

200 gr de jambon blanc  
50 gr de beurre  
100 gr de crème liquide  
250 gr de blé  
300 gr de champignons de Paris  
50 gr d'échalote  
20 gr d'ail noir  
Huile d'olive  
25 gr de moutarde à l'ancienne  
50 gr d'éclats de noisettes  
Sel, Poivre  
Vin blanc



### **Instructions :**

Préparer votre bouillon de volaille ARIAKE dans 60 CL d'eau pour 1 sachet, puis laissez infuser le sachet jusqu'à son utilisation.

Laver, éplucher, tailler les légumes et la garniture.

Faire revenir les champignons de Paris, les échalotes et l'ail dans de l'huile d'olive.

Ajouter le blé, le jambon et les condiments, puis faites revenir le tout pendant 2 minutes.

Ajouter le bouillon et laisser cuire. À  $\frac{3}{4}$  cuisson du blé, ajouter la crème liquide et la moutarde à l'ancienne, puis terminer la cuisson.

Rectifiez l'assaisonnement parsemez d'éclats de noisette, puis servez chaud.

### **✨ Astuce du Chef :**

Ne surtout pas respecter la quantité d'eau précisé sur la préparation bouillon de volaille, sauf si vous utilisez du jambon sans sel.



**Chef Nicolas ROTA**  
Chef Consultant (45)