

# Poulet aux légumes et riz

TEMPS DE PRÉP

**5 MIN**

TEMPS TOTAL

**1 H 5 MIN**

PORTION

**6**



[Imprimer](#)



[Sauver](#)

## Ingrédients

Métrique Impérial

- 1 boîte Soupe condensée Crème de champignons à faible teneur en gras, de CAMPBELL'S®
- 1 tasse eau
- 1 emballage riz à grains longs et riz sauvage
- 1 sac mélange de légumes surgelés (brocoli, carottes, cresson), coupés
- 1/2 tasse cheddar, râpé en filaments
- 6 poitrines de poulet sans peau, désossées
- Paprika

**Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle**

## Préparation

**1.** Mélanger la soupe, l'eau, le riz, l'assaisonnement, les légumes et la moitié du cheddar râpé dans un plat de cuisson peu profond de 3 L. Déposer le poulet. Saupoudrer de paprika.

Couvrir.

**2.** Cuire au four à 190 °C (375 °F) jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit – pendant environ 1 heure.

3. Saupoudrer du reste de fromage.

---

**Avez-vous cuisiner cette recette?**

**Laissez un commentaire si-dessous.**