

## Poulet crémeux à l'ail toscan

### Ingrédients :

2 lbs de poitrines de poulet désossées et sans peau coupées en deux et pilées (moi : 12 hauts de cuisses de poulet)  
2 c. à soupe d'huile d'olive  
1/2 + 1/2 t. de bouillon de poulet  
2 gousses d'ail fraîches hachées  
2 c. à café d'assaisonnement italien (moi: épices BBQ, sel d'ail et poivre)  
2/4 t. de crèmes à fouetter lourde (moi crème sûre)  
1/2t de fromage parmesan ou asiago fraîchement râpé  
1 t d'épinards frais hachés (moi 1/2 sac d'épinards congelés, décongelés, l'eau retirée au maximum)  
1/2 t. de tomates séchées au soleil

### Instructions :

Dans un bot, mélanger l'huile, les assaisonnements, l'ail. Ajouter le poulet et le masser pour qu'il y ait de l'assaisonnement partout. Mettre de côté.

Dans un autre bol, mélanger la 1ere 1/2 t. de bouillon de poulet avec la crème sure pour bien diluer.

Sélectionnez Sauté sur le IP et laissez chauffer

une fois chaud, placez le poulet pour le faire brunir légèrement des deux côtés.

Retirer le poulet et déglacer avec la 2e 1/2t de bouillon.

Remettre le poulet dans la cuve, verrouillez et fermez la soupape de pression.

Cuire à haute pression pendant 4 minutes

Faire un Quick release avec précaution

Mettre à la fonction Sauté

Versez le mélange crème sure et bouillon et laissez mijoter environ 5 minutes

Ajouter le fromage râpé et bien combiner

Mélanger les tomates séchées et les épinards et laisser mijoter encore un peu. Voilà !

J'ai ajouter, pour une sauce plus crémeuse, telle que je l'avais vu sur internet, 2 c. à soupe de fromage à la crème au moment d'ajouter le mélange crème/bouillon.

J'ai finalement épaissi un peu à la toute fin avec 1c. à table de fécule de maïs diluée dans 1c. à table d'eau.

Ici on l'a mangé avec des Fettucinis et on trouve VRAIMENT ça bon !! La sauce seule est salée mais une fois sur les nouilles, c'est super bien équilibrée !!

Bon appétit ! 😊

