

**Mesl  
Prep.**

## Tarte au poulet - Pot pie

### Ingrédients

1 livre de poulet en cubes  
sac de 16 oz de légumes surgelés mélangés  
16 oz de nouilles aux oeufs  
1 tasse de crème épaisse  
4 tasses de bouillon de poulet  
1 c. à thé de poudre d'ail  
1 c. à thé de poudre d'oignon  
1 c. à thé de sel  
1 c. à thé de poivre

### Mode d'emploi

Placer votre casserole sur la poêle, ajouter le poulet, les épices et l'huile d'olive.

Faire sauter environ 2-3 minutes jusqu'à ce que l'extérieur du poulet soit blanc.

Ajouter les nouilles aux œufs, le bouillon et les légumes.

Cuire à haute pression manuelle pendant 5 minutes.

Faites un relâchement rapide. Incorporer la crème épaisse.

Remettre la casserole sur la poêle.

Cuire encore 2-3 minutes ou jusqu'à épaississement..

### OPTION. MEAL PREP

Dans un sac de congélation de format

Placer le sac de légumes mélangés

poitrine de poulet crue hachée en morceaux de 1 po

1 c. à thé de poudre d'ail, 1 c. à thé de poudre d'oignon, 1 c. à thé de sel, 1 c. à thé de poivre.

4 tasses de bouillon de poulet.

Pour cuire

Placer le contenu de l'emballage dans le pot instantané

Cuire à haute pression manuelle pendant 15 minutes.