

Poulet à la moutarde

(4 portions)

8 morceaux de poulet

1 C. à soupe de moutarde de Dijon

1 C. à soupe d'huile

1 C. à table de beurre

1/3 tasse de lait

sel, poivre

3/4 tasse de crème 35%

Dépiauter les morceaux de poulet

Badigeonner généreusement de moutarde

Dans un grand poêlon, faites chauffer l'huile et fondre le beurre; Faites dorer le poulet; Dégraisser le poêlon; Verser le lait et assaisonner.

Réduire le feu au minimum; Laisser cuire le poulet jusqu'à ce que la chair se détachent facilement; Incorporer la crème; Faites chauffer quelques minutes.