

# Poulet yaourt recette cookeo



## Poulet yaourt recette cookeo

290 CALORIES 6 PP 3 SP (programme liberté)

### Ingrédients pour 4 personnes

400 g d'aiguillettes de poulet

le jus d'un citron

4 gousses d'ail

Quelques brins de persil

2 yaourts naturels

400 g de champignons de Paris

200 ml d'eau

1 cube de bouillon de bœuf

sel et poivre

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

## **Préparation**

Préparez une persillade , hachez le persil et les 4 gousses d'ail  
Dans un bol déposez le contenu des 2 yaourts et ajoutez le jus de citron et mélangez

### **Mode dorer**

Versez l'huile d'olive dans la cuve, quand l'huile est chaude faites revenir les aiguillettes de poulet pendant une minute puis ajoutez la persillade et faites dorer pendant 2 minutes

Ajoutez les champignons de Paris

Versez le bouillon composé de 200 ml d'eau et d'un cube de bouillon de bœuf émietté

Salez et poivrez

### **Cuisson rapide ou sous pression**

Programmer 5 minutes

Quand la cuisson est terminée ajoutez la préparation composée de 2 yaourts et du jus de citron

Mélangez et [servez chaud](#)

Pour une sauce plus épaisse vous pouvez épaissir avec de la maizena en repassant en mode dorer . Pour plus de détails [contactez moi.](#)