

Poulet sauce chasseur et tagliatelles

Valeurs nutritionnelles : Protéines : 25g ; Lipides : 7g ; Glucides : 27g

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 600g de filet de poulet
- 250g de champignons
- 30g de concentré de tomates
- 4 échalotes
- 180ml de vin blanc sec
- 10cl d'eau
- 2 c à s. d'huile d'olive
- 1 jus de citron (si champignon frais)
- Sel et poivre
- Bouquet garni
- 600g de tagliatelles fraîches OU 400g à 450g de tagliatelles sèches



Etapes :

1. Hacher les échalotes
2. Couper finement les champignons
3. Dans une sauteuse ou une cocotte en fonte, faire chauffer l'huile, puis faire revenir les échalotes puis le poulet
4. Diluer le concentré de tomate dans l'eau
5. Mouiller la sauteuse avec le vin blanc (attention, si le feu est trop chaud, il va s'évaporer entièrement et dans ce cas nous souhaitons garder du jus), ajouter le concentré de tomate dilué
6. Ajouter le bouquet garni

7. Assaisonner et laisser cuire une vingtaine de minutes à feu moyen et avec un couvercle
8. Mettre une casserole d'eau à bouillir. Lorsque l'eau bout, verser les tagliatelles
9. Remuer de temps en temps le poulet et à mi-cuisson, ajouter les champignons