



LA RECETTE DE JORDAN - FERME DE LA CROIX BLANCHE

FRICASSÉE DE POULET AUX ASPERGES VERTES

INGRÉDIENTS POUR 3-4 PERS.

- 400g d'émincé découpé en lanières ou blancs de poulet
Ferme de la Croix Blanche AB
- 500g asperges vertes découpées en morceaux (3-5cm)
Stéphanie Cailleteau AB
- 1 oignon ou 1 échalot - *EARL de Nouère*
- 20 cl de crème fraîche (facultatif) - *Le Pré Joly AB*
- 10cl de vin blanc Sauvignon pour le bouillon - *La Renaudie*
- 5g sel, 1g poivre (macéron) - *Rivesalines*
- huile de tournesol de cuisson - *Ferme du Joyeux Laboureur AB*

LA RECETTE

1. Éplucher les asperges et les couper en tronçons de 3 à 5 cm.
2. Bien faire chauffer l'huile dans une sauteuse. Faire revenir le poulet environ 5min, saler et poivrer.
3. Ciseler l'oignon ou l'échalot.
4. Faire revenir l'oignon et les asperges pendant 5min. Ajouter le vin blanc et la crème fraîche et porter à ébullition. Baisser le feu.
5. Laisser bouillonner à feu moyen pendant 30 min., afin de garder les asperges croquantes. Rectifier l'assaisonnement à votre goût. Bon appétit !

LES CONSEILS DIVINS D'ANNABELLE CHESSERON, VOTRE VITICULTRICE



- **Chai Z'elle - Annabelle Chesseron**
AOP Chinon rouge
- **Le Charpenterie Rosé**
Domaine Caslot-Bourdin
AOC Bourgueil



LA RECETTE DE JORDAN - FERME DE LA CROIX BLANCHE

FRICASSÉE DE POULET AUX ASPERGES VERTES

INGRÉDIENTS POUR 3-4 PERS.

- 400g d'émincé découpé en lanières ou blancs de poulet
Ferme de la Croix Blanche AB
- 500g asperges vertes découpées en morceaux (3-5cm)
Stéphanie Cailleteau AB
- 1 oignon ou 1 échalot - *EARL de Nouère*
- 20 cl de crème fraîche (facultatif) - *Le Pré Joly AB*
- 10cl de vin blanc Sauvignon pour le bouillon - *La Renaudie*
- 5g sel, 1g poivre (macéron) - *Rivesalines*
- huile de tournesol de cuisson - *Ferme du Joyeux Laboureur AB*

LA RECETTE

1. Éplucher les asperges et les couper en tronçons de 3 à 5 cm.
2. Bien faire chauffer l'huile dans une sauteuse. Faire revenir le poulet environ 5min, saler et poivrer.
3. Ciseler l'oignon ou l'échalot.
4. Faire revenir l'oignon et les asperges pendant 5min. Ajouter le vin blanc et la crème fraîche et porter à ébullition. Baisser le feu.
5. Laisser bouillonner à feu moyen pendant 30 min., afin de garder les asperges croquantes. Rectifier l'assaisonnement à votre goût. Bon appétit !

LES CONSEILS DIVINS D'ANNABELLE CHESSERON, VOTRE VITICULTRICE



- **Chai Z'elle - Annabelle Chesseron**
AOP Chinon rouge
- **Le Charpenterie Rosé**
Domaine Caslot-Bourdin
AOC Bourgueil



LA RECETTE DE JORDAN - FERME DE LA CROIX BLANCHE

FRICASSÉE DE POULET AUX ASPERGES VERTES

INGRÉDIENTS POUR 3-4 PERS.

- 400g d'émincé découpé en lanières ou blancs de poulet
Ferme de la Croix Blanche AB
- 500g asperges vertes découpées en morceaux (3-5cm)
Stéphanie Cailleteau AB
- 1 oignon ou 1 échalot - *EARL de Nouère*
- 20 cl de crème fraîche (facultatif) - *Le Pré Joly AB*
- 10cl de vin blanc Sauvignon pour le bouillon - *La Renaudie*
- 5g sel, 1g poivre (macéron) - *Rivesalines*
- huile de tournesol de cuisson - *Ferme du Joyeux Laboureur AB*

LA RECETTE

1. Éplucher les asperges et les couper en tronçons de 3 à 5 cm.
2. Bien faire chauffer l'huile dans une sauteuse. Faire revenir le poulet environ 5min, saler et poivrer.
3. Ciseler l'oignon ou l'échalot.
4. Faire revenir l'oignon et les asperges pendant 5min. Ajouter le vin blanc et la crème fraîche et porter à ébullition. Baisser le feu.
5. Laisser bouillonner à feu moyen pendant 30 min., afin de garder les asperges croquantes. Rectifier l'assaisonnement à votre goût. Bon appétit !

LES CONSEILS DIVINS D'ANNABELLE CHESSERON, VOTRE VITICULTRICE



- **Chai Z'elle - Annabelle Chesseron**
AOP Chinon rouge
- **Le Charpenterie Rosé**
Domaine Caslot-Bourdin
AOC Bourgueil



LA RECETTE DE JORDAN - FERME DE LA CROIX BLANCHE

FRICASSÉE DE POULET AUX ASPERGES VERTES

INGRÉDIENTS POUR 3-4 PERS.

- 400g d'émincé découpé en lanières ou blancs de poulet
Ferme de la Croix Blanche AB
- 500g asperges vertes découpées en morceaux (3-5cm)
Stéphanie Cailleteau AB
- 1 oignon ou 1 échalot - *EARL de Nouère*
- 20 cl de crème fraîche (facultatif) - *Le Pré Joly AB*
- 10cl de vin blanc Sauvignon pour le bouillon - *La Renaudie*
- 5g sel, 1g poivre (macéron) - *Rivesalines*
- huile de tournesol de cuisson - *Ferme du Joyeux Laboureur AB*

LA RECETTE

1. Éplucher les asperges et les couper en tronçons de 3 à 5 cm.
2. Bien faire chauffer l'huile dans une sauteuse. Faire revenir le poulet environ 5min, saler et poivrer.
3. Ciseler l'oignon ou l'échalot.
4. Faire revenir l'oignon et les asperges pendant 5min. Ajouter le vin blanc et la crème fraîche et porter à ébullition. Baisser le feu.
5. Laisser bouillonner à feu moyen pendant 30 min., afin de garder les asperges croquantes. Rectifier l'assaisonnement à votre goût. Bon appétit !

LES CONSEILS DIVINS D'ANNABELLE CHESSERON, VOTRE VITICULTRICE



- **Chai Z'elle - Annabelle Chesseron**
AOP Chinon rouge
- **Le Charpenterie Rosé**
Domaine Caslot-Bourdin
AOC Bourgueil