

# POULET A LA CREME

## MEP001

### SPECIALITE

METRO  MADA  RUN

### CATEGORIE

Apéritif	<input type="checkbox"/>	Soupe	<input type="checkbox"/>
Entrée	<input type="checkbox"/>	Accompagnement	<input type="checkbox"/>
Plat	<input checked="" type="checkbox"/>	Condiment	<input type="checkbox"/>
Dessert	<input type="checkbox"/>	Autre (à préciser)	<input type="checkbox"/>

### REGIME

STANDARD  VEGGIE

### CONSEILS ET REMARQUES

#### Réchauffage

**Micro-onde :** réchauffer à puissance maximale, entre 1min30 et 2 min pour les bocaux 1 part, et entre 5min et 7 min pour les bocaux 3-4 parts, selon la puissance de votre micro-onde.

**Casserole :** réchauffer à feu doux jusqu'à frémissement. Remuer régulièrement, ne pas faire bouillir.

#### Dégustation

Un grand classique à base de crème épaisse, savourez-le avec du riz blanc.

#### Remarques

Notre poulet à la crème est préparé avec des hauts de cuisses de poulet fermier que nous faisons mijoter à feux doux avant d'ajouter la crème jusqu'à ce que la viande soit fondante.

Le poulet à la crème de Bresse est une vraie tradition française.

## LISTE DES INGREDIENTS

Ingrédients	%
Poulet	48,48
Creme	44,07
Beurre	3,67
Farine T45	1,10
Echalote	2,20
Sel	0,44
Poivre noir poudre	0,03

NOMBRE DE PARTS	POIDS NET (GRAMMES)
1	220
3-4	770

## VALEURS NUTRITIONNELLES (100G)

Protéines	Glucides	Sucres	Lipides	AGS	Kcal	Kj	Sel
15,20	2,80	1,34	26,09	16,86	309,18	1293,6	0,67

## ALLERGENES

Contient

Peut contenir des traces

Gluten	A	<input checked="" type="checkbox"/>	Fruit à coques	H	<input type="checkbox"/>
Crustacé	B	<input type="checkbox"/>	Céleri	I	<input type="checkbox"/>
Œuf	C	<input type="checkbox"/>	Moutarde	J	<input type="checkbox"/>
Poisson	D	<input type="checkbox"/>	Sésame	K	<input type="checkbox"/>
Arachide	E	<input type="checkbox"/>	Sulfite	L	<input type="checkbox"/>
Soja	F	<input type="checkbox"/>	Lupin	M	<input type="checkbox"/>
Lait	G	<input checked="" type="checkbox"/>	Mollusque	N	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>					