

Filets de poulet avec peau



Les atouts produits

Le Gaulois Professionnel vous propose ses filets de poulet, prêts en quelques minutes, pour des recettes variées au quotidien. Produits avec peau pour une viande plus savoureuse, et une belle présentation dans l'assiette Nos poulets sont garantis 100% français : nés, élevés et préparés en France.

Gamme : **Volaille crue**

Famille : **Poulet**

Conditionnement :

Sous vide x10

Calibre :

150-180g, 160-180g, 180-220g

Origine de la viande : France

Ingrédients :

100% poulet.

Conseils de préparation :

Au four : La cuisson basse température est recommandée sur ce produit pour garder toutes les valeurs du poulet, et éviter la perte de poids à la cuisson. Chauffer le four à 70°C et disposer vos filets de poulet, l'appoint de cuisson est atteint à 64°C à cœur (environ 40 minutes). La cuisson basse température permet une méthode sans stress et une réussite de cuisson assurée. **En cocotte :** Pour garder un produit moelleux, déposer un mélange huile + beurre au début de la cuisson, ce qui évite de brûler et nourri la viande. La cuisson à l'unilatérale est privilégiée. En effet, déposer votre filet côté peau puis le cuire à feu moyen durant 15 à 20 minutes sans le retourner, l'inertie suffira pour atteindre l'appoint de cuisson. De plus, il est possible d'ajouter (en fin de cuisson) de la crème ou diverses sauces pour apporter de l'onctuosité à la recette. **Plancha ou poêle :** Préchauffer bien votre matériel, cela évite que la peau reste accrochée une fois le produit déposé dessus. Disposer un peu d'huile sur votre poêle ou plancha puis mettez votre filet de poulet côté peau durant 3/4 minutes, finir la cuisson durant une dizaine de minutes à feu moyen pour cuire la volaille par inertie. Cela permet de préserver les saveurs et les qualités nutritionnelles.

