

# *Lanières de poulet et sauce crémeuse à la mijoteuse*

**Décongeler** un paquet de lanière de poulet la veille au réfrigérateur ou la journée même dans l'eau froide. Ne pas utiliser l'eau tiède ou chaude qui est mauvaise pour la prolifération des bactéries. **Avant de cuire**, laisser tempérer complètement la viande.



## *Ingrédients :*

- Un paquet de lanière de poulet
- 1 cuillère à thé de sel
- ½ cuillère à thé de poivre noir
- ¼ cuillère à thé de paprika
- 1 ½ tasse de champignons tranchés
- ½ tasse d'oignons vert émincés
- 1 ¾ cuillère à thé de bouillon de poulet en poudre
- 1 tasse de vin blanc sec
- ½ tasse d'eau
- 1 canne de lait évaporé (150 ml)
- 5 cuillères à thé de fécule de maïs
- Riz cuit chaud

## *La cuisson : dans la mijoteuse*

1. Dans un petit bol, **mélanger** le sel, le poivre et le paprika, puis **saupoudrer** sur le poulet.
2. Dans la mijoteuse **déposer** en couche successives le poulet, les champignons, les oignons verts et le bouillon en poudre. **Verser** le vin et l'eau sur le tout. **Couvrir et cuire** à basse température pendant 5 à 6 heures, ou à température élevée pendant 3 heures. **Retirer** le poulet et les légumes de la mijoteuse, puis **couvrir** pour garder au chaud.
3. Dans une petite casserole, mettre le lait évaporé et la fécule de maïs, puis **mélanger** jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. **Ajouter** 2 tasses de jus de cuisson et **porter** à ébullition. Faire bouillir pendant 1 minute ou jusqu'à épaississement en brassant sans arrêt.
4. **Servir** le poulet sur le riz et napper de sauce.

**Bon appétit!**