

Cordon bleu au four avec sa sauce dijon

Recette pour 6 personnes

500 g de blanc de poulet ou de dinde
6 tranches de jambon (blanc, cru ou un mélange des deux)
200 g de fromage râpé (mozzarella + gouda ou comté + gruyère)
sel, poivre
100 g de pain
40 g de beurre fondu

Sauce dijon :

30 g de beurre
1 C à soupe de farine
125 ml de lait
1 C à soupe de moutarde de Dijon
¼ C à café de sauce Worcestershire
25 g de parmesan

Préparation

Préchauffe ton four à 180°C. Prends un plat à gratin (environ 20 cm x 30 cm), huile légèrement le fond et les bords. Coupe les blancs de poulet en 2 dans l'épaisseur, pour obtenir des escalopes fines. Sale et poivre (pas trop car le jambon et le fromage sont déjà salés). Dispose les dans ton plat pour en recouvrir tout le fond. Parsème de fromage. Recouvre le tout de jambon, sans laisser d'espaces vides.

Dans le bol de ton robot ou avec une râpe, réduit le pain en miettes. Dans un bol, mélange intimement les miettes et le beurre fondu. Parsème le jambon de miettes de pain, et tasse légèrement. Enfourne pour 25 à 30 minutes.

Pour la sauce : dans une petite casserole, fais fondre le beurre à feu moyen, puis ajoute la farine, et remue bien, ajoute petit à petit le lait, tout en fouettant bien pour qu'il n'y ait pas de grumeaux. Laisse cuire 2 minutes. Sors la sauce du feu, ajoute la moutarde, la sauce Worcestershire et le parmesan. Mélange jusqu'à ce que le tout soit bien homogène, si besoin ajoute un peu de sel. Couvre la casserole avec une assiette jusqu'au moment de servir, pour garder la sauce chaude.

Quand tes cordons bleus sont cuits, sors les du four et laisse reposer 5 à 10 minutes avant de couper et servir (sinon, le jus de la viande et le fromage vont couler dans tous les sens, ça va être un vrai massacre!). Sers accompagné de sauce dijon.

