



BOUCHÉES TERIYAKI AU POULET ET COMTÉ

Durée **30 min** Type **Insolite** Saisonnalité **Printemps** Difficulté 

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 12 petits cubes de Comté (1 par bouchée)
- 2 blancs de poulet
- 1 oignon émincé
- 1 oeuf
- ½ gousse d'ail émincé
- Persil plat ciselé
- 1 cuillère à soupe de chapelure
- 1 cuillère à café de sésame grillé
- 1 cuillère à café de gingembre frais râpé
- 2 cuillères à soupe de maïzena
- 10cl d'huile d'arachide
- 25cl de sauce teriyaki
- Sel, poivre



Préparation

Étape 1

Hacher le poulet. Le mélanger avec le gingembre, l'oignon, l'ail, le sésame, l'oeuf, la chapelure et le persil plat. Saler, poivrer et bien malaxer.

Étape 2

Confectionner 12 boulettes, insérer un cube de Comté au centre de chaque boulette, puis les rouler dans la maïzena.



Étape 3

Chauffer l'huile dans une poêle et y faire dorer les boulettes. Verser la moitié de la sauce teriyaki et laisser caraméliser à feu doux quelques minutes. Puis verser le reste de la sauce et servir sans attendre.

Étape 4

Déguster idéalement avec des nouilles Soba (au sarrasin) froides.



Le conseil du sommelier

- Accord avec un vin du Jura : ces bouchées s'accompagnent volontiers d'un Côtes du Jura blanc (cépage Savagnin) ou d'un Vin Jaune.
- Accord avec un vin d'une autre région : un Cahors (cépage malbec).