

# Brochettes de poulet et chutney de rhubarbe

swissmilk

## Ingrédients

4 portions

piques en métal ou en bois

Chutney de rhubarbe:

500 g de rhubarbe parée, coupée en dés  
2 oignons rouges coupés en fines lanières  
1 gousse d'ail finement hachée  
50 g de pommes séchées coupées en dés  
3 cs de raisins secs  
120 g de sucre de canne  
½ cc de sel  
1 cc de graines de moutarde  
1 pincée de clou de girofle en poudre  
1 dl de vinaigre de fruits  
1 dl d'eau

Brochettes de poulet:

4 blancs de poulet (env. 120 g pièce) coupés en lanières de 1 cm de large  
¼ cc de sel  
poivre du moulin  
2-3 échalotes coupées en quartiers  
beurre ou crème à rôtir

## Préparation

Préparation: 45min

Temps total: 45min

1. Chutney: porter à ébullition tous les ingrédients. Réduire 18-22 min à petit feu jusqu'à l'obtention d'une consistance épaisse, en remuant régulièrement. Allonger avec un peu d'eau si besoin.
2. Assaisonner les lanières de poulet, enrouler, embrocher avec les échalotes. Saisir 3-4 min uniformément par portions dans le beurre à rôtir. Réserver au chaud dans le four préchauffé à 75°C.
3. Disposer les brochettes dans des assiettes avec un peu de chutney dans une verrine à part.



Selon les goûts, agrémenter les brochettes de morceaux de rhubarbe crue de 6 cm de long. Remplacer le poulet par du poisson. Servir avec du riz, du couscous, du pain pita ou des pommes de terre sautées. Le chutney peut être versé chaud dans des bocaux propres. Refermer le couvercle immédiatement et conserver 6 mois max. dans un endroit froid et sec. Chutney: remplacer les pommes séchées par une grosse pomme, pelée et coupée en dés.

---

Par portion: Énergie: 1503kJ / 359kcal, lipides: 4g, glucides: 46g, protéines: 30g