

Préparation: 20 minutes Cuisson: 40 minutes Refroidissement: 1 heure

Ingrédients:

- 20 g de beurre
- 15 g de carottes taillées en petits cubes
- 15 g de blancs de poireaux taillés en petits cubes
- 1 bouquet garni (persil, laurier, thym)
- 1 gousse d'ail en chemise
- 25 cl de lait
- 300 g de blancs de poulet
- 1 oeuf
- 15 g de farine
- 3 cl de Porto
- 10 g de sel
- 1,5 g de poivre fin

Préparation:

- Nettoyez les légumes et taillez-les en petits dés.
- Dans une sauteuse, faire revenir le beurre sans coloration pendant une dizaine de minutes avec la gousse d'ail, les dés de carottes et de poireaux, le bouquet garni. Remuez avec une cuillère en bois. Ajoutez le lait et laissez cuire à feu doux pendant 12 minutes. Laissez infuser le temps de tiédir.
- Coupez le poulet en cubes, et mixez les morceaux en ajoutant l'oeuf, la farine, le sel, le poivre et le Porto.
- Rajoutez le lait filtré dans le mixeur et mixez pour obtenir une préparation lisse et onctueuse.
- Confectionnez maintenant les boudins avec du papier film supportant la chaleur. Découpez un rectangle de papier film et versez un peu de préparation, et formez un boudin en chassant l'air. Faire un noeud à chaque extrémité. Façonnez environ 5 à 6 boudins selon leur grosseur.
- Dans une casserole remplie d'eau, portez à ébullition puis pochez les boudins blancs pendant 8 minutes. Arrêtez le feu et laissez les boudins dans la casserole d'eau jusqu'à refroidissement. Quand l'eau a refroidi, égouttez les boudins et retirez le papier étirable avec l'aide de ciseaux.