

Pâtés au poulet



Ingrédients

6 abaisses de pâtes à tarte (3 fonds et 3 dessus)
250 g (2 tasses) de base de sauce suprême (MC12001)
750 ml (3 tasses) d'eau froide
750 ml (3 tasses) de lait froid
500 g (1 ¼ tasse) de légumes congelés
500 g (1 ¼ lb) de poulet cuit en dés

Préparation

- 1- Mélanger la base de sauce suprême avec l'eau et le lait froid. Porter à ébullition en brassant constamment. Réserver.
- 2- Blanchir les légumes pendant 4 à 5 minutes dans l'eau salée. Bien égoutter.
- 3- Ajouter les légumes et les cubes de poulet à la sauce suprême en mélangeant doucement à feu moyen.
- 4- Remplir les abaisses de pâtes et refermer le dessus.
- 5- Mettre une dorure sur les pâtes pour obtenir une belle couleur dorée et cuire au four préchauffé à 325 °F (160 °C).

Variante : Cette sauce peut être servie sur des vol-au-vent ou des pâtes alimentaires. Si la sauce est trop consistante, ajouter un peu d'eau et de lait.

Rendement : Donne 9 petits pâtés de 300 g

À noter : Cette recette ne contient aucun MSG