

# Paillard de volaille

## *pousses d'épinard*



**Pour deux:**

463

350 g de filets de poulet  
2 grosses pincées de sel  
200 g de pousses d'épinards  
Pimenton (Paprika fumé)  
Poudre d'ail  
2 champignons de Paris

Ouvre les filets de poulet en portefeuille. Fais chauffer une poêle. Sale les filets et dépose-les à sec dans la poêle. Laisse cuire pendant 1 min. Retourne-les et fais cuire pendant 1 min sur l'autre face. Ôte les filets de la poêle. Déglace avec 5 cl d'eau. Remets les filets dans la poêle et fais cuire pendant 1 min supplémentaire pour les enrober de sauce. Ajoute les pousses d'épinards. Couvre et laisse cuire pendant 2 min. Ajoute 2 grosses pincées de pimenton et 2 grosses pincées de poudre d'ail. Dresse les filets de poulet et les épinards sur un plat de service. Nappe de jus de cuisson. Ajoutez le reste de pimenton et de poudre d'ail. A l'aide d'une mandoline japonaise, émince les champignons de Paris au-dessus du plat.