

## BRECHETS de POULET

Façon grenouilles

Pour 1 personne :

350 g de bréchets de poulet

4 gousses d'ail

persil (gros bouquet)

Beurre

Huile d'Olive

Sel

Poivre

Le **bréchet**, aussi appelée **crête sternale** ou **quille du sternum** est chez les [oiseaux](#), un organe proéminent sur lequel s'insèrent les puissants [muscles pectoraux](#) et supracoracoïdiens, nécessaires au vol. Il fait partie du squelette de la [cage thoracique](#) et est une extension du [sternum](#). Il est donc présent chez tous les [oiseaux](#) actuels sauf chez les espèces incapables de voler

*(Ref Wikipédia)*

Fariner très légèrement les bréchets (facultatif)

Dans une sauteuse , placer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

et une grosse motte de Beurre

Faire cuire et bien dorer les bréchets (environ 15 mn)

Une fois bien dorés,

Saler poivrer

Ajouter la persillade, bien remuer et laisser cuire encore 5 mn

