



## Poulet fermier à la crème et EXTRAIT DE SPA

### Ingrédients pour 6 personnes

- 1 poulet fermier de 2,5 kg
- 8 navets
- 8 jeunes carottes
- 600 gr brocoli
- 250 gr petits oignons
- 16 raisins
- 1 gros oignon
- 1 vert de poireau
- Persil
- Estragon
- 6 tablettes de bouillon de poule
- 15 cl de crème
- 40 gr de beurre



### Préparation

- Préchauffer le four à 180° (6)
- Peler le gros oignon et le couper en 4. Farcir le poulet avec les oignons émincés, le poireau, le persil et l'estragon. Dissoudre le bouillon de poule dans 3 l d'eau bouillante et y pocher le poulet pendant 15 min.
- Egoutter le poulet et le mettre au four pendant 1 heure en l'arrosant régulièrement de son jus. Le retourner après 30 min
- Nettoyer et éplucher les légumes et les faire revenir dans une sauteuse, ajouter 2 louches du bouillon de cuisson, couvrir à demi et laisser mijoter pendant 30 min. Ajouter les raisins et la crème, saler et poivrer. Enlever le couvercle et faites réduire sur feu vif jusqu'à ce que les légumes absorbent la crème.
- Préparation de la sauce :
- Diluer le fond de volaille dans 40 cl d'eau et laisser réduire de moitié sur feu vif. Ajouter EXTRAIT DE SPA et laisser réduire. Baisser le feu et fouetter en ajoutant le beurre en petits morceaux. Saler et poivrer. Servir le poulet avec la sauce et les légumes.
- Accompagnement : pommes de terre

### Notes personnelles