



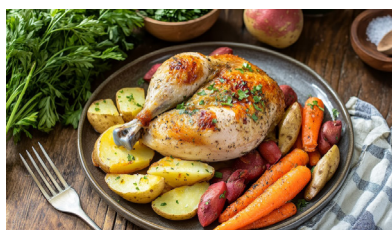
Poulet fermier à l'EXTRAIT DE SPA

Ingredients pour 6 personnes

- 1 poulet de 2,5 kg
- 8 navets
- 8 jeunes petites carottes
- 600 gr brocoli
- 250 gr petits oignons
- 16 raisins
- 1 gros oignon
- 1 un vert de poireau
- Persil
- Estragon
- 6 blocs de bouillon de volaille
- 15 dl crème
- 40 gr beurre

Pour la sauce :

- 4 une cuillère à soupe de bouillon de poulet
- 15 cl EXTRAIT DE SPA
- 100 gr beurre
- Poivre et sel



Préparation

- Préchauffer le four à 180° [6]
- Épluchez le gros oignon et coupez-le en 4. Remplissez le poulet d'oignon haché, de poireaux, de persil et d'estragon. Diluez les cubes de bouillon de poulet dans 3 litres d'eau bouillante dans un poelon.
- Faire pocher le poulet pendant 15 minutes. Égoutter et mettre au four pendant 1 heure, verser régulièrement la sauce dessus. Retourner après 30 min..
- Lavez, épluchez et faites cuire les légumes. Versez 2 cuillères de bouillon par-dessus et laissez mijoter 30 minutes. Ajoutez les raisins et la crème, assaisonnez avec du sel et du poivre. Retirez le couvercle et épaississez à feu plus 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 l'épaissir à moitié à feu vif. Ajouter l'EXTRAIT de SPA et l'épaissir. Réduisez le feu et ajoutez le beurre en petites mottes tout en remuant, assaisonnez de sel et de poivre. Servez le poulet avec les légumes et la sauce.
- Garniture : pommes de terre

Notes personnelles