



Recette de www.vision-plaisir.fr

Pot-au-feu de poulet

- Par vision-plaisir

Le pot-au-feu de poulet, idéal d'un plat complet et rempli de vitamines.

Ingrédients:

- 1 poulet de 1.2kg environ
- 4 navets
- 1 poireau
- 6 pommes de terre
- 1/2 chou blanc
- 2 oignons
- 2 clous de girofle
- 8 carottes
- thym
- laurier
- gros sel et poivre en grain

Réalisation:

Désossez le poulet en gardant la carcasse. (Le poulet peut-être cuit entier). Mettre le poulet (+ carcasse) et le jambonneau dans une marmite, couvrez-les d'eau avec le poireau, les oignons piqués des clous de girofle, Le chou blanc, le bouquet garni (vert de poireau, thym et laurier) gros sel et 6 grains de poivre. Portez à ébullition et réduire le feu laissez mijoter pendant 1 heure à couvert. Pendant la cuisson, épluchez les carottes, pommes de terre et navets. Après 1 heure de cuisson du poulet et jambonneau, ôtez la carcasse et plonger les carottes, navets et pommes de terre dans la marmite et prolonger la cuisson de 30 minutes à feu doux. Après la cuisson retirez le jambonneau et le poulet de la marmite, Retirez la peau du poulet et le gras du jambonneau et le tailler en morceaux. Répartissez la viande dans un plat et les légumes et versez un peu de bouillon. Servez aussitôt.

