

Poulet

Ragoût de poulet à la toscane



1h35 **20 min** **1h15** **0** **513**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le ragoût de poulet

6 unité(s) entière(s)
Pilon(s) de poulet
6 unité(s) entière(s)
Haut(s) de cuisse de poulet
50 cl **Bouillon de volaille**
450 g **Tomate(s) pelée(s) en boîte**
4 **Pomme(s) de terre**
100 g **Farine**
1 **Poivron(s)**
2 **Carotte(s)**
3 branche(s) **Céleri-Branche**
6 **Echalote(s)**
4 **Gousse(s) d'ail**
1 **Oignon(s)**
30 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des légumes

- 1 A l'aide d'un couteau de cuisine, éplucher et hacher grossièrement les échalotes. Réserver.
- 2 La précision de la découpe des légumes importe peu parce qu'ils vont compoter et fondre dans la sauce.
- 3 Ecraser les gousses d'ail avec le plat de la lame du couteau éminceur. Puis les peler et les hacher grossièrement. Réserver.
- 4 Couper les extrémités des oignons, les peler puis les couper en rondelles. Réserver.
- 5 Choisir des pommes de terre ayant la peau fine, cela permettra de ne pas les éplucher.
- 6 Couper les pommes de terre en morceaux de 2 cm d'épaisseur. Réserver.
- 7 Couper en morceaux les branches de céleri, ainsi que la carotte. Réserver.
- 8 Couper le poivron rouge en deux, retirer le pédoncule et les membranes blanches. Le couper en lanières d'environ un centimètre de largeur. Réserver.

Étape 2

Préparation du poulet

- 1 Faire chauffer la cocotte sur feu moyen avec le beurre.
- 2 Pendant ce temps, verser la farine dans un plat, saler et poivrer. Ce mélange servira à enfariner le poulet.
- 3 Une fois le beurre fondu et mousseux, ajouter l'ail et les échalotes. Les faire fondre tout en mélangeant de temps en temps.
- 4 Pendant ce temps, prendre un morceau de poulet. Le tremper dans la farine et bien l'enrober. Procéder de même avec tous les morceaux de poulet.
- 5 Pousser l'ail et l'échalote sur les côtés de la cocotte, puis ajouter les hauts de cuisse au milieu, côté peau.
- 6 Une fois un côté doré, retourner les morceaux de poulet. Ajouter alors les pilons dans la cocotte.
- 7 Une fois les hauts de cuisses dorés sur leur deux faces, les retirer de la cocotte et prolonger la cuisson des pilons.
- 8 Puis les retirer et les réserver avec les hauts de cuisses. Baisser le feu de la cocotte et ajouter les tomates pelées. Les mélanger tout en les écrasant avec la cuillère en bois.
- 9 Ajouter ensuite le mélange carottes, céleri et poivrons. Puis verser les pommes de terre. Mélanger.
- 10 Ajouter les oignons.
- 11 Poser les morceaux de poulet sur les légumes. Verser le fond de volaille et laisser mijoter pendant environ 1h15.

Étape 3

Dressage

- 1 Le plat est cuit lorsque les légumes sont bien fondants.
- 2 Accompagner le plat d'une belle salade verte et d'un morceau de baguette croustillante.