

# *Poulet de printemps à la Parisienne*

Recette proposée par Nancy

Qu'est-ce qu'on mijote, 26 janvier à 17H, en ligne

Tiré de la revue : BC Liquor Stores Taste- Volume 22, Spring 2020

**Nous vous invitons à couper vos légumes avant la séance afin d'être prêt à préparer le plat et sa cuisson**

## **Ingrédients :**

- 3 c. à table d'huile d'olive	- 1 tasse de vin blanc sec
- 1 ¼ lbs (625 g) de poitrines de poulet désossées (environ 4 poitrines) tranchées en 2-4 morceaux	- 1 tasse de bouillon de poulet
- Sel et poivre au goût	- 6 branchettes de thym frais
- 3 c. à table d'échalottes françaises finement hachées	- 2 feuilles de laurier
- 1 carotte coupée en petits morceaux	- ¼ de tasse de crème fraîche ou de crème à fouetter
- 1 branche de céleri coupée en petits morceaux	- 3 cœurs d'artichauts marinés coupés en quartier
- 8 oz (250 g) de champignons tranchés	- 2 cuillérées à table (30 ml) d'estragon
- 2 gousses d'ail	- 2 cuillérées à table (30 ml) de persil
- 2 c. à table de farine	- 2 cuillérées à table (30 ml) de ciboulette
	- 3 cuillérées à table (45 ml) de jus de citron

## **La recette :**

1. Dans une grosse casserole, chauffer l'huile d'olive à feu moyen. Assaisonner le poulet avec le sel et le poivre puis faire saisir la viande dans l'huile, environ 3 minutes de chaque côté. Déposer le poulet sur une assiette pour plus tard.
2. Dans la casserole, ajouter les carottes, le céleri et l'ail puis cuire environ 4 minutes. Ajouter les champignons pour environ 5 minutes. Salez et poivrez.
3. Ajoutez la farine puis mélanger le tout pendant 2 minutes en frottant le fond de la casserole pour enlever les parties collées.
4. Déglacer la casserole avec le vin et réduire à la moitié pendant 1 minute environ.  
Ajoutez le bouillon, le thym, les feuilles de laurier et la crème. Mijoter à feu doux puis ajouter le poulet et le jus qui s'est formé sur l'assiette.  
Cuire pendant 5 minutes puis tourner les morceaux de poulet et ajouter les cœurs d'artichaut puis les épices. Cuire à feu doux pendant environ 5 minutes. Ajouter le jus de citron et assaisonnez au goût.
5. Servir dans un bol profond avec vos légumes préférés et puis avec un bon vin blanc sec style Chardonnay ou, si les sous vous le permettent, un bon Pouilly-Fuissé!