

POULET

POULET A LA PROVENCALE

Préparation pour 4/6 personnes
Temps de préparation : 20 minutes
Temps de cuisson : 50 minutes

Ingrédients

- ◆ 1 poulet de 1,250 kg environ
- ◆ 6 tomates
- ◆ 4 poivrons rouges et 4 poivrons verts
- ◆ 125 g de jambon de Bayonne (1 seul morceau)
- ◆ 250 g de champignons de Paris
- ◆ 2 dl de vin blanc sec
- ◆ 1 cuillère à soupe de persil hâché
- ◆ 1,5 dl d'huile
- ◆ 1 cuillère à café de paprika
- ◆ Sel et poivre



Préparation

- ◆ Couper le poulet en 8 morceaux pas trop gros
- ◆ D'autre part, préparer les tomates et les poivrons. Pour cela, plonger rapidement les tomates dans l'eau bouillante, les égouttez, les peler, les couper en dés de 2 cm
- ◆ Laver les poivrons, les fendre puis retirer les pépins
- ◆ Couper le jambon en dés ou en languettes
- ◆ Laver les champignons et les couper en 4
- ◆ Dans un sautoir, mettre l'huile et, quand elle est bien chaude, y verser les morceaux de poulet, les laisser bien dorer puis saler et poivrer
- ◆ Ajouter les tomates, les poivrons, les dés de jambon et les champignons, saupoudrer de paprika
- ◆ Mélanger le tout de manière à faire passer dans l'huile tous les ingrédients, puis mouiller avec le vin blanc
- ◆ Couvrir et laisser cuire environ 30 minutes à feu très doux
- ◆ Dès que le poulet est cuit, dresser le sur un plat en commençant par les membres et en décorant le plat avec les champignons, les dés de jambon, les poivrons fendus
- ◆ Pendant que vous finissez le décor du plat, faire réduire la sauce si vous la trouvez trop longue, la goûter, rectifier l'assaisonnement et relever d'une pincée de poivre
- ◆ Verser la sauce sur le poulet
- ◆ Saupoudrer de persil haché
- ◆ Servir rapidement dans des assiettes chaudes

