

RAGOÛT DE POULET



Ce ragoût de poulet crémeux et confortable est assez rapide pour un repas de semaine, mais assez satisfaisant pour un long dîner du dimanche. Les cuisses de poulet désossées sont utilisées à la place des poitrines, car elles restent juteuses plus longtemps. Les faire mijoter dans le ragoût avec du paprika doux, du bouillon de poulet et une touche de vinaigre de cidre de pomme ajoute une profondeur de goût surprenante, ainsi que des herbes séchées et de nombreux légumes pour la dimension et la texture. La crème épaisse est également de la partie, enveloppant le tout d'une couverture soyeuse. Ce ragoût est aussi polyvalent que facile à préparer, alors n'hésitez pas à ajouter d'autres légumes comme des champignons ou des poivrons et à remplacer la crème épaisse par du lait de coco, ou à ne pas ajouter de crème du tout.

Infos

- **Temps de préparation:** 15 mins
- **Temps de cuisson:** 45 mins
- **Portions:** 4 portions

Ingredients

- 2 cuillères à soupe de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 oignon moyen, coupé en dés (environ 6 onces)
- 2 carottes moyennes, épluchées et coupées en dés (environ 5 onces)
- 3 branches de céleri, coupées en dés (environ 3 onces)
- 4 gousses d'ail, émincées
- ½ cuillère à café de paprika doux

- Sel et poivre noir
 - 3 cuillères à soupe de farine tout usage
 - 4 tasses de bouillon de poulet
 - 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre de pomme
 - 1½ livre de cuisses de poulet désossées et sans peau (3 à 4 selon la taille)
 - 1 livre de pommes de terre grenues, coupées en quartiers
 - 1 tasse (morceaux de 1 pouce) de haricots verts (environ 4 onces)
 - ½ tasse de crème épaisse
 - ½ cuillère à café de sauge séchée
 - ½ cuillère à café de thym séché
 - ½ cuillère à café d'origan séché
 - Persil frais, pour servir
 - Quartiers de citron, pour servir
-

Préparation

Etape 1

Faire chauffer une grande marmite ou un faitout à feu moyen. Ajouter le beurre, l'huile d'olive, l'oignon, les carottes, le céleri, l'ail, le paprika et une grosse pincée de sel et faire cuire, en remuant fréquemment, jusqu'à ce que l'oignon soit translucide, 5 à 7 minutes.

Etape 2

Ajouter la farine et remuer pendant 1 minute. Ajouter le bouillon de poulet et le vinaigre et remuer jusqu'à ce que la farine soit incorporée.

Etape 3

Ajouter les cuisses de poulet, les pommes de terre, les haricots verts, la crème épaisse, la sauge, le thym, l'origan et 1 cuillère à café de sel et de poivre noir. Porter le ragoût à ébullition à feu moyen-vif, puis réduire le feu pour maintenir un mijotage. Laisser mijoter, le couvercle couvrant partiellement la marmite, jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit, soit environ 20 minutes.

Etape 4

Transférer le poulet dans une assiette. Couvrir complètement la marmite avec le couvercle et laisser les légumes cuire pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la cuisson désirée. Pendant ce temps, déchiqueter le poulet en bouchées à l'aide de deux fourchettes, puis remettre le poulet dans la marmite. Assaisonner au goût avec plus de sel et de poivre. Servir chaud, garni de persil, avec des quartiers de citron sur le côté si désiré.