POULET ET BOULETTES RAPIDES



Né dans le sud des États-Unis, le Chicken and Dumplings est un plat réconfortant datant du XIX? siècle, créé pour nourrir les familles avec peu d'ingrédients. Il marie la richesse d'un ragoût de poulet à la douceur de petites boulettes de pâte cuites à la vapeur. La version "Quick" est apparue plus tard, adaptée à la vie moderne pour garder le même goût maison en moins de temps.

Infos

- **Temps de préparation**: 5 mins
- **Temps de cuisson**: 15 mins
- **Portions**: 8

Ingredients

- 3 cuillères à soupe de beurre non salé
- 2 carottes moyennes ou 227 g de courge butternut, pelées et coupées en morceaux d'1 cm (environ 1 tasse)
- 1 poireau moyen, paré, les parties blanche et vert pâle coupées en deux dans le sens de la longueur et finement tranchées (environ 1 tasse)
- 2 branches de céleri moyennes, épluchées et coupées en tranches d'une épaisseur d'1 cm (environ ? tasse)
- 3 gousses d'ail, finement hachées
- 1 cuillère à soupe de romarin frais finement haché
- 2 cuillères à soupe de feuilles de thym frais

- 1 cuillère à soupe d'assaisonnement pour volaille (facultatif)
- Sel fin et poivre noir
- 3 cuillères à soupe de farine tout usage
- 1,2 litre de bouillon de volaille
- 1 tasse de crème épaisse
- 1 paquet de 450 g de gnocchi frais ou de gnocchi de longue conservation achetés en magasin

---

Préparation

Etape 1
Dans une grande marmite, faire fondre le beurre à feu moyen. Ajouter les carottes, le poireau, le céleri, l'ail, le romarin, le thym et l'assaisonnement pour volaille, le cas échéant. Assaisonner généreusement de sel et de poivre et faire cuire, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les légumes soient légèrement ramollis, environ 5 minutes.

Etape 2
Saupoudrer de farine, puis faire cuire en remuant pendant 2 minutes (cela permet de cuire la farine pour adoucir sa saveur brute). Incorporer progressivement le bouillon et la crème, et porter à ébullition à feu vif.

Etape 3
Une fois le mélange porté à ébullition, incorporer les gnocchi, réduire le feu à moyen et cuire jusqu'à ce que les gnocchi et les légumes soient tendres, environ 5 minutes. Incorporer le poulet au cours des deux dernières minutes. Assaisonner de sel et de poivre. Répartir dans des bols et garnir d'estragon frais et de poivre noir, si désiré.