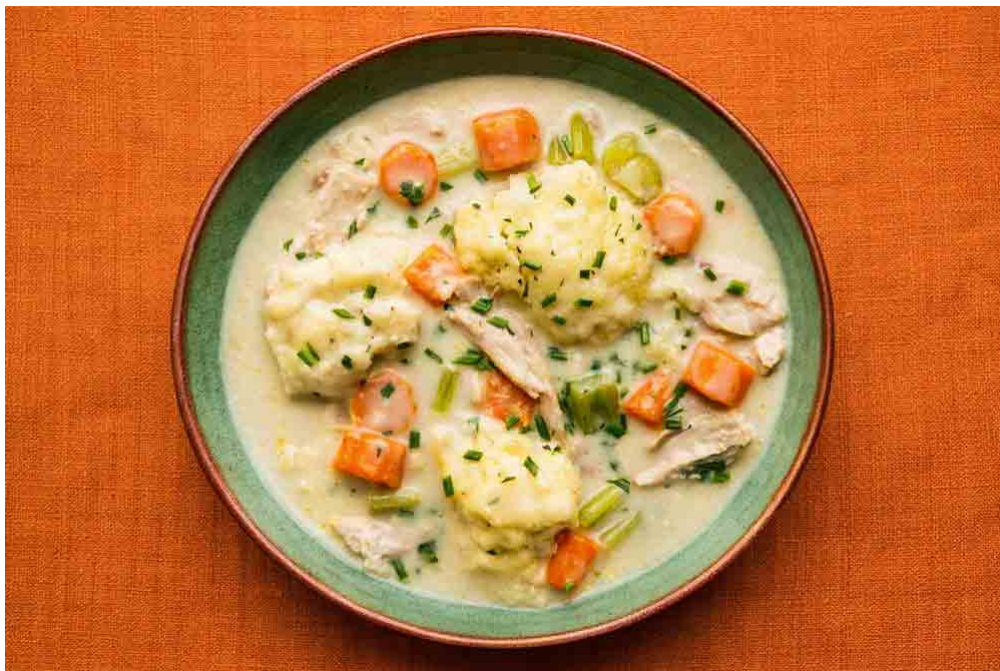


POULET AUX BOULETTES à L'AMÉRICAINNE



Le Poulet aux dumplings est un plat emblématique de la cuisine familiale américaine, né dans les foyers ruraux où l'on cherchait à nourrir toute la famille avec des ingrédients simples et économiques. Longtemps considéré comme un plat de réconfort, il est aujourd'hui un incontournable des repas chaleureux, transmis de génération en génération.

Infos

- **Temps de préparation:** 20 mins
 - **Temps de cuisson:** 40 mins
 - **Portions:** 4
-

Ingredients

- 600 g de blancs ou hauts de cuisse de poulet
- 1 oignon moyen
- 2 carottes
- 2 branches de céleri
- 2 gousses d'ail
- 750 ml de bouillon de volaille
- 250 ml de lait entier ou de crème légère
- 30 g de beurre
- 2 c. à s. de farine

- 1 feuille de laurier
 - 1/2 c. à c. de thym
 - Sel, poivre
 - Pour les dumplings
 - 200 g de farine
 - 1 sachet de levure chimique
 - 1/2 c. à c. de sel
 - 120 ml de lait
 - 40 g de beurre fondu
-

Préparation

Etape 1

Émincer l'oignon, couper les carottes et le céleri, puis faire fondre le beurre dans une grande cocotte à feu moyen.

Etape 2

Faire revenir l'oignon et l'ail 2 à 3 minutes, ajouter les carottes et le céleri et poursuivre la cuisson 5 minutes.

Etape 3

Saupoudrer la farine, bien mélanger, puis verser progressivement le bouillon en remuant pour obtenir une sauce lisse.

Etape 4

Ajouter le lait (ou la crème), les herbes, l'assaisonnement et le poulet, couvrir et laisser mijoter 20 minutes.

Etape 5

Mélanger la farine, la levure et le sel dans un bol. Ajouter le lait et le beurre fondu. Mélanger rapidement jusqu'à obtention d'une pâte souple (ne pas trop travailler).

Etape 6

Retirer le poulet, l'effiloche puis le remettre dans la cocotte.

Etape 7

Déposer des cuillerées de pâte sur le ragoût frémissant.

Etape 8

Déposer des cuillerées de pâte sur le ragoût frémissant.

Etape 9

Les dumplings doivent être gonflés et bien cuits à cœur.