SOUPE DE POULET MAISON TRADITIONNELLE

La soupe de poulet est l’un des plats les plus universels au monde. Présente dans d’innombrables cultures, elle est souvent associée aux repas familiaux et aux vertus réconfortantes. Aux États-Unis comme en Europe, elle est considérée comme un remède maison contre le rhume et un symbole de cuisine chaleureuse et nourrissante.

Infos

- **Temps de préparation**: 20 mins
- **Temps de cuisson**: 60 mins
- **Portions**: 7

Ingredients

- 1 poulet entier (environ 1,5–2 kg) ou 1 kg de morceaux avec os
- 3 carottes, coupées en rondelles
- 3 branches de céleri, coupées
- 1 gros oignon, coupé en deux
- 2 à 3 gousses d’ail écrasées
- 1 feuille de laurier
- Quelques branches de thym ou de persil
- 2 à 2,5 litres d’eau
- Sel et poivre
- (Optionnel) nouilles, riz ou pâtes courtes

Préparation

Etape 1
Déposer le poulet dans une grande marmite et couvrir d’eau froide. Porter lentement à ébullition en écumant régulièrement les impuretés qui remontent à la surface. Ajouter l’oignon, l’ail, les herbes, le sel et le poivre, puis réduire à feu doux pour maintenir un léger frémissement.

Etape 2
Laisser mijoter environ 45 à 60 minutes, jusqu’à ce que le poulet soit bien cuit et que le bouillon soit parfumé. Retirer le poulet de la marmite et laisser tiédir.

Etape 3
Ajouter les carottes et le céleri au bouillon et poursuivre la cuisson 10 à 15 minutes, jusqu’à ce qu’ils soient tendres mais encore légèrement fermes.

Etape 4
Retirer la peau et les os du poulet, puis effilocher la viande. Remettre la chair dans la soupe.

Etape 5
Rectifier l’assaisonnement. Ajouter des nouilles ou du riz si souhaité et cuire jusqu’à ce qu’ils soient tendres. Servir chaud.