



# La Recette du mois

JUIN 2023



## Le poulet basquaise

Un plat traditionnel de la cuisine basque ! Des morceaux de poulet tendre et juteux mijotés dans une sauce riche et parfumée.



4-6 personnes



25min



70min

**POUR CUISINER CE PLAT VOUS AUREZ BESOIN DE :**

**À LA BOUCHERIE DE LA CITÉ-JARDIN :**



1 poulet coupé en 6/8 morceaux (de la ferme du Luteau, évidemment !)

**CHEZ VOTRE ÉPICIER :**



1kg de tomates



700g de poivrons



3 oignons émincés



3 gousses d'ail



20cl de vin blanc



Du beurre



1 bouquet garni



Sel/poivre



6 cuillères à soupe d'huile de tournesol

# Les étapes de la Recette :

**1** Hacher les oignons et l'ail.

Couper les tomates en morceaux et les poivrons en lanières.

**2**

**3** Faire chauffer 4 cuillères à soupe d'huile de tournesol et une noix de beurre dans une cocotte.

Faire dorer les morceaux de poulet et les réserver dans un plat.

**4**

**5** Faire dorer les oignons, l'ail et les poivrons pendant environ 5 minutes.

Jeter l'excédant de matière grasse (huile et beurre) puis déglacer la cocotte avec le vin blanc en grattant bien le fond afin de récupérer les sucs de coloration.

**6**

**7** Ajouter les tomates, couvrir et laisser mijoter pendant 10 minutes à feu doux.

Ajouter les morceaux de poulet aux légumes, couvrir avec le bouquet garni.

**8**

**9** Faire cuire pendant 35 minutes.

Rectifier l'assaisonnement avec du sel, du poivre moulu frais et/ou des piments selon votre goût.

**10**

**11** Servir avec l'accompagnement de votre choix : riz, pommes de terre ou légumes.

*C'est prêt  
Bon appétit !*

N'hésitez-pas à nous partager vos festins :

 [boucherie\\_suresnes](https://www.instagram.com/boucherie_suresnes)

 [Boucherie de la Cité-jardin](#)