



POULET AU VINAIGRE LA MÈRE LÉA

Ingrédients : pour 4 personnes

1 poulet fermier de 1,5 kg, coupé en 4,
4 gousses d'ail, 2 échalotes,
1 litre de bouillon de volaille,
15 cl de crème fraîche liquide,
1 cuil. à soupe de concentré de tomates,
30 cl de vinaigre de vin rouge vieux,
1 cuil. à soupe de vinaigre à l'estragon,
2 cuil. à soupe d'huile,
1 cuil. à soupe de fécule,
sel fin, poivre du moulin.

Recette:

Récupérez la graisse des morceaux de poulet.

Pelez et émincez très finement les gousses d'ail et les échalotes.

Mettez les morceaux de graisse (ou, à défaut, 2 cuillerées à soupe d'huile) à chauffer dans une cocotte sur feu moyen.

Faites-y revenir les échalotes et l'ail hachés en les gardant translucides.

Ajoutez le concentré de tomates, mélangez quelques minutes puis arrosez de vinaigre de vin rouge.

Laissez réduire jusqu'à ce que le jus soit sirupeux.

Versez alors le bouillon de volaille, portez à ébullition puis réduisez le feu sous la cocotte.

Assaisonnez les morceaux de poulet de sel et poivre.

Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites-y blondir les morceaux de tous côtés.

Retirez-les, séchez-les dans un linge de cuisine et ajoutez-les dans le bouillon.

Portez à ébullition.

Réduisez le feu, couvrez et laissez mijoter environ 20 min.

Retirez les morceaux de poulet de la cocotte et gardez-les au chaud.

Enlevez le cœur et le foie, écrasez-les à la fourchette dans la sauce.

Diluez la fécule dans un peu d'eau froide.

Versez-la dans la sauce bouillante et fouettez vivement.

Ajoutez la crème fraîche et le vinaigre à l'estragon, portez à ébullition puis réduisez le feu et laissez mijoter quelques minutes.

Versez la sauce bouillante sur les morceaux de volaille en la passant dans un tamis fin.

Servez aussitôt le poulet au vinaigre, accompagné d'un gratin de macaronis.



Bon Appétit