

RECETTES DES MÈRES ET CHEFS DES BOUCHONS LYONNAIS.



POULET AUX ÉCREVISSSES DE PAUL BOCUSE

Ingrédients pour 6 personnes

Un gros poulet fermier de 1,5 à 2 kg découpé par votre boucher
20 écrevisses
2 tomates
2 échalotes
1 gousse d'ail
Un petit verre de cognac, soit 10 cl
2 verres de vin blanc sec
2 cuillères à soupe de farine
3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
1 verre de bouillon de veau
1 verre de madère
Huile d'olive ou beurre
Sel, poivre
Un bouquet garni

Sommaire

Ingrédients pour 6 personnes

Étapes de préparation

Juste avant de commencer la préparation de la recette, il faudra châtrer vos écrevisses.

Veillez à bien le faire juste avant de les utiliser
car sinon elles meurent et vont se vider pendant la cuisson.

Pour réaliser cette opération voici la marche à suivre :

Lavez les écrevisses puis tenez les fermement par le coffre ;
Prenez dans votre main l'écaille centrale de la nageoire caudale ;
Tournez l'écaille en donnant un petit quart de tour à gauche et à droite pour la désolidariser
de la queue ; Tirez pour retirer l'intestin et c'est terminé.
Nous pouvons maintenant passer à la préparation du plat :

Dans une cocotte en fonte,
faites revenir les morceaux de poulet dans le beurre ou l'huile d'olive. Salez ;
Mouillez le poulet avec un verre de vin blanc
et laissez mijoter tranquillement pendant 30 minutes.

Si besoin, vous pouvez ajouter un peu de vin blanc ;
A la fin des 30 minutes, ajoutez les tomates que vous aurez préalablement pelées,
épépinées et écrasées grossièrement ;
Dans une autre cocotte faites revenir, dans un peu de beurre ou d'huile,
les écrevisses préalablement châtrees,
jusqu'à ce qu'elles rougissent ;
Ajoutez les échalotes et la gousse d'ail hachée, le verre de cognac et flambez ;
Versez 2 cuillères à soupe de farine
sur les écrevisses et mélangez bien pour qu'elles colorent ;
Versez le reste du vin blanc ainsi que le bouillon de veau dans la cocotte,
salez, poivrez et laissez cuire 10 minutes ;
Ajoutez le poulet dans la seconde cocotte avec les écrevisses.
Mélangez délicatement et laissez cuire à feu doux 10 minutes ;
Pendant ce temps, prenez un bol et mélangez ensemble le madère,
la crème fraîche et un peu de sauce de la cocotte.
Et versez ce mélange dans la cocote pour la fin de cuisson.
Rectifiez l'assaisonnement si besoin.
Servez bien chaud et sans attendre
avec comme accompagnement du riz blanc
ou des pommes de terre nouvelles au beurre.

**Paul Bocuse est certainement le chef cuisiner
le plus reconnu dans le monde entier.**

Il cumule les distinctions et détient 3 étoiles au Guide Michelin depuis 1965.
Parmi ses plats phares nous pouvons
citer le turbo au champagne, sa soupe VGE,
le loupe en croûte sauce Choron ou encore son poulet aux écrevisses.

Étapes de préparation

La recette du poulet aux écrevisses est une recette traditionnelle
qui se prépare généralement pour les grandes occasions.
Dans ce plat, la terre et la mer
se rencontrent pour donner naissance à une explosion de saveurs en bouche.
Ce mets très gourmand doit être réalisé
avec des produits de qualité afin de ne pas le dénaturer.

Il a été réinterprété par de nombreux cuisiniers et chefs,
que ce soit dans des petites auberges ou des grands restaurants parisiens.