Ragoût minute de hauts de cuisse de poulet, sauce au vin et raisin blanc, purée de pommes de terre à l’ail rôti, carottes Arc-en-ciel brûlées

Recette pour 4

Description

Dans l'esprit d'une blanquette de veau, voilà un plat de la cuisine traditionnelle française à base de poulet. Une purée de pomme de terre à l'ail onctueuse et savoureuse.

Une sauce au vin blanc et grains de raisin blanc, le tout accompagné de carottes arc-en-ciel rôties.

Ingrédients

Poulet au vin blanc

- 12 Unité(s) Haut de cuisse de poulet désossé
- 1 Gros(se)(s) Oignon blanc
- 3 Cuil. à soupe Farine
- 200 Ml Vin blanc
- 2 Cuil. à soupe Moutarde de dijon
- 1 Litre(s) Bouillon de poulet
- 50 Ml Crème 35% à cuisson
- 3 Branche(s) Persil plat
- 0.50 Grappe(s) Raisin blanc

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Carottes rôties

- 6 Unité(s) Carotte fane
- 0.50 Tête(s) Ail
- 2 Branche(s) Thym

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Purée de pomme de terre

- 350 Gr Pommes de terre yukon gold
- 200 Ml Lait
- 6 Gousse(s) Ail
- 50 Gr Beurre
- 0.25 Cuil. à thé Noix de muscade

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **420 F°**

Mise en place

Épluchez l'oignon, émincez-le finement. Préparez le bouillon de poulet (gardez-le au chaud), effeuillez les branches de persil plat.

Épluchez les pommes de terre, coupez-les en cubes. Épluchez les gousses d'ail, écrasez-les, posez-les sur une feuille d'aluminium avec un filet d'huile. Refermez la feuille d'aluminium et placez-la dans le four pour 15 minutes.

Épluchez les carottes fanes (ou arc-en-ciel), coupez-les sur leur longueur en deux ou plus suivant la grosseur.

Coupez en deux sur l'équateur la tête d'ail.

Épluchez les raisins (enlevez la peau) et réservez-les.

Poulet

Dans un petit chaudron bien chaud avec de l'huile, faite revenir les oignons sans coloration en y ajoutant tout de suite du sel.

Par la suite, ajoutez les hauts de cuisse de poulet, faites les bien revenir pour colorer joliment les morceaux.

Basculez le chaudron pour enlever le gras superflu, reposez sur un feu plus doux, ajoutez la farine de manière à bien envelopper tous les morceaux.

Mélangez bien l'ensemble, ajoutez la moutarde, faites cuire 1 minute en remuant. Ajoutez ensuite le vin blanc en augmentant le feu, laissez réduire de moitié.

Ajoutez le bouillon de poulet chaud, laissez cuire à couvert dans le four durant 15 à 20 minutes.

Au moment de réchauffer le plat avant de le servir, ajoutez les grains de raisin épluchés.

Si vous le souhaitez, avant de servir, ajoutez un peu de crème (facultatif).

Assurez-vous de l'assaisonnement en sel et poivre.

Purée de pommes de terre

Plongez les cubes de pomme de terre dans une casserole d'eau froide salée (10% de sel au volume d'eau).

Portez le tout à ébullition, une fois que vous serez capable de transpercer la pomme de terre facilement avec la pointe d'un couteau, égouttez-les.

Passez la chair de pomme de terre et l'ail rôti dans le moulin à légumes. Transférez la purée dans une casserole, retournez sur un feu doux, ajoutez le lait, le beurre, assaisonnez de sel, poivre et muscade.

Carottes rôties

Dans un bol, mélangez tous les ingrédients, ajoutez un bon filet d'huile d'olive, sel et poivre.

Déposez le tout sur une plaque de cuisson, placez-la dans le four pour environ 20 minutes.

Assurez-vous de la bonne cuisson des carottes, gardez-les encore un peu croquantes.

Montage et finition

Sur une assiette plate, déposez une belle cuillère de purée à l'ail au centre, avec le dos de la cuillère, tout en appuyant légèrement, réalisez un puit, de manière à former un anneau de purée.

Dans le centre de l'anneau, déposez le ragoût de poulet avec sa sauce, déposez dessus 3 morceaux de carotte rôtie.

Finalisez avec des feuilles de persil ici et là.

Bon appétit!