

Cuisiner & Pâtisser à la Maison !



HISTOIRE DE CE LOGO
texte et coloriage réalisés par :
Ethan (9 ans)
dessin réalisé par :
Laurent (un jeune volatile)

S'occuper à la Maison
en
Cuisinant et Pâtissant
pour les Grands
et les Petits.

www.pomweb.fr\CuisinerEtPatisserALaMaison.html

OCTOBRE

fiche
recette **008**

MODE D'EMPLOI FICHE :

Les ingrédients sont listés dans l'ordre d'utilisation.

cu à S = cuillère à Soupe
cu à C = cuillère à Café
poids net = produit épluché,...

respecter scrupuleusement
l'ordre chronologique dans
chaque énoncé.

Bayaldi de Poulet, fondue de Poireaux, pulpe de Pomme de terre à l'huile d'Olive.

Pour 4 personnes

(tous les Produits sont préalablement lavés avant utilisation bien sûr)

Ingrédients

4 pièces de Pomme de terre Bindje (180 g chacune)	2 Poireaux
1/2 L huile d'Olive	2 Oignons blancs
4 filets de Poulet	1/4 L huile d'Olive
1 Pomme Grany Smith	1/2 botte de Persil plat
Gros Sel	1/4 L huile d'Olive
Sel et Poivre	1 Fenouil bulbe
Poivre du moulin	2 Oignons rouges
	8 Champignons de Paris

C'est parti !

1/ laver les pommes de terre et les envelopper individuellement dans du papier aluminium, Puis les mettre au four à 220° pendant environ 1h. (lorsque la pomme de terre est molle au toucher = c'est cuit)

2/ à la sortie du four, les couper en deux pour récupérer la pulpe dans un saladier et mélanger la pulpe au fouet + huile d'Olive + Sel et Poivre. Et conserver filmer au Bain-Marie ou réchauffer au moment au micro-onde.

3/ Dénervier les filets de Poulet + Sel et Poivre et les filmer en les roulant en boudin. Puis les pocher dans l'eau bouillante salée (gros sel) pendant 20 minutes. Laisser refroidir dans le film.

4/ émincer finement Poireaux + oignons blancs, puis les cuire dans un rondeau à feu doux avec couvercle + huile d'Olive + Sel et Poivre. Préparer le Persil Haché à ajouter au dernier moment.

5/ Dans un rondeau placer : huile d'Olive + Fenouil émincé + Oignons rouges émincés + Sel et Poivre puis laisser cuire avec couvercle à feu doux pendant 20 minutes, puis ajouter les Champignons émincés + Sel et Poivre puis laisser cuire avec couvercle à feu doux pendant 10 minutes.

6/ Dans une plaque à rôtir disposer 4 nids avec la garniture Fenouil-Champignon, poser sur chaque nid 1 filet de Poulet préalablement incisé au couteau 5 fois pour placer dans chaque incision un morceau de Pomme Grany Smith épluchée. Recouvrir la plaque à rôtir d'un papier aluminium. Terminer la cuisson au dernier moment : four à 170° pendant 15 à 20 minutes.

7/ Dresser la fondue de Poireaux en haut de l'assiette, le filet de Poulet au centre posé sur la garniture de cuisson, et servir de préférence avec la sauce Vierge d'Automne (recette 009), à part.