

■ Blanquette de poulet fondante et parfumée

Pour 4 personnes — Préparation : 15 min — Cuisson : 45 min

■ Ingrédients

- 1 oignon
- 1 clou de girofle
- 1 carotte
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- 1,5 kg de poulet en morceaux
- 1/2 litre d'eau
- 1/2 citron (jus)
- 1 c. à café de Maïzena
- 2 jaunes d'œufs
- 10 cl de crème fraîche épaisse
- Sel, poivre du moulin

■■■ Préparation

1. Préparez le bouillon. Pelez l'oignon et piquez-le avec le clou de girofle. Épluchez la carotte et coupez-la en rondelles. Dans un faitout, versez l'eau, ajoutez la carotte, l'oignon, le thym, le laurier, le sel et le poivre. Portez à ébullition.

2. Faites cuire le poulet. Ajoutez les morceaux de poulet dans le bouillon frémissant. Couvrez et laissez mijoter doucement 45 minutes.

3. Préparez la sauce. Retirez les morceaux de poulet avec une écumoire et gardez-les au chaud. Filtrez le bouillon et remettez-le sur le feu. Délayez la Maïzena dans le jus de citron, versez dans le bouillon et laissez épaissir quelques minutes en remuant.

4. Réalisez la liaison. Dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec la crème fraîche. Hors du feu, incorporez ce mélange au bouillon chaud en remuant sans cesse (ne pas faire bouillir pour éviter que les œufs ne cuisent).

5. Servez. Disposez les morceaux de poulet dans un plat creux, nappez de sauce onctueuse et servez bien chaud avec du riz ou des tagliatelles fraîches.

■ Astuce du chef

Pour encore plus de goût, ajoutez quelques champignons de Paris émincés cuits à la poêle et une touche de persil frais au moment du service.