



Poulet à l'estragon



1h25 10 min 1h15 0 490
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

TEMPS TOTAL PREPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation

- 1 Couper le poulet en morceaux.
- 2 Éplucher et émincer les oignons, réserver.
- **3** Éplucher les carottes et les couper en rondelles, réserver.
- Mettre l'huile d'olive dans une casserole avec la moitié du beurre et faire fondre le beurre.
- Ajouter les morceaux de poulet et les faire rissoler de tous les cotés pendant 5 minutes afin qu'ils soient colorés.
- 6 Déglacer avec le vin blanc, remuer et faire cuire pendant encore 5 minutes.
- 7 Ajouter le bouillon et porter à ébullition.
- 8 Le bouillon doit couvrir tous les morceaux de poulet.
- Écumer, ajouter le bouquet garni, 1/3 des brins d'estragon, les oignons émincés et les rondelles de carottes.
- 10 Couvrir et faire cuire pendant 1 heure sur feu moyen.
- Une fois ce temps passé, retirer la viande de la casserole et la réserver dans une assiette.
- Le bouillon qui reste dans la casserole servira pour

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour le poulet

1 kg Poulet(s)

Ingrédients pour la sauce

- 1 botte(s) **Estragon**
- 50 cl Bouillon de bœuf
- 45 g Beurre
- 20 g Crème fraîche épaisse
- 1 Carotte(s)
- 1 Oignon(s)
- 1 Bouquet garni
- 0.5 verre(s) Vin blanc
- 2 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 Sel
- 1 Poivre

réaliser la sauce d'accompagnement.

- 13 Hacher le reste de l'estragon, réserver.
- Ajouter la crème, le reste du beurre et l'estragon haché au bouillon dans la casserole.
- Remuer et faire cuire pendant 2 minutes, juste le temps de faire fondre la crème. Assaisonner de sel et de poivre.
- 16 Servir le poulet accompagné de cette sauce.