



Poulet Poulet à l'estragon



1h25 **10 min** **1h15** **0** **490**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

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**

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.
- 4 Mettre l'huile d'olive dans une casserole avec la moitié du beurre et faire fondre le beurre.
- 5 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.
- 9 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.
- 11 Une fois ce temps passé, retirer la viande de la casserole et la réserver dans une assiette.
- 12 Le bouillon qui reste dans la casserole servira pour

réaliser la sauce d'accompagnement.

13 Hacher le reste de l'estragon, réserver.

14 Ajouter la crème, le reste du beurre et l'estragon haché au bouillon dans la casserole.

15 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.