

Poulet

Parmentier de poulet


2h30

TEMPS TOTAL

30 min

PRÉPARATION

2h

CUISSON

0

REPOS

617

CALORIES

 Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le poulet

4 **Cuisse(s) de poulet**
 3 **Citron(s) confit(s) au sel**
 150 g **Olives noires**
 15 g **Cannelle en poudre**
 5 g **Noix de muscade**
 15 g **Gingembre en poudre**
 10 g **Macis en poudre**

Ingrédients pour les pommes de terre

1 kg **Pomme(s) de terre**
 1 **Citron(s) vert(s)**
 30 ml **Huile d'olive**
 1 **Fleur de sel**
 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

40 g **Mesclun**
 1 **Fleur de sel**

Étape 1

Cuisson du poulet

- 1 Déposer les morceaux de poulet au fond de la cocotte sans ajouter de matière grasse.
- 2 Ajouter les olives violettes à la cocotte.
- 3 Découper un citron confit en quatre à l'aide d'un couteau d'office. Retirer la pulpe en grattant à l'aide d'une cuillère à café.
- 4 Tailler les morceaux d'écorce en lamelles à l'aide d'un couteau de chef. Les ajouter à la cocotte.
- 5 Verser la cannelle moulue, le macis, le gingembre moulu et la noix de muscade râpée.
- 6 Recouvrir la viande et les autres ingrédients d'eau, mettre la cocotte à chauffer sur feu vif.
- 7 Une fois à ébullition, recouvrir la cocotte et laisser mijoter pendant au moins 1h30.

Étape 2

Préparation des pommes de terre

- 1 Eplucher les pommes de terre à l'aide d'un économiseur.
- 2 Couper les pommes de terre en quartiers pour accélérer leur cuisson. Les recouvrir d'eau à niveau et les saler.

- 3 Mettre les pommes de terre à cuire sur feu moyen pendant environ 30 min.
- 4 Vérifier la cuisson des pommes de terre à l'aide d'une pointe de couteau.
- 5 Une fois cuites, les égoutter à l'aide du presse-purée. Les presser immédiatement après les avoir égouttées.
- 6 Utiliser uniquement un presse-purée traditionnel et non pas un blender pour réaliser une purée pour éviter qu'elle ne devienne caoutchouteuse.
- 7 Ajouter progressivement l'huile d'olive. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois pour l'incorporer à la purée.
- 8 Verser de l'huile d'olive puis mélanger à nouveau.
- 9 Saupoudrer la purée de fleur de sel.
- 10 Zester un demi-citron vert et l'ajouter directement à la purée. Mélanger une nouvelle fois puis réserver.

Étape 3

Préparation du poulet

- 1 Récupérer la viande et les olives dans la cocotte à l'aide d'une écumoire.
- 2 Faire réduire le jus de cuisson sur feu très vif.
- 3 Effiloche la viande de poulet à la main.
- 4 Effiloche la viande sans la hacher permet de donner de la texture au plat.
- 5 Concasser les olives à l'aide d'un couteau de chef. Les ajouter au poulet.
- 6 Arroser l'effiloché de poulet avec un peu de jus de cuisson pour hydrater la viande. Mélanger puis réserver.
- 7 Filtrer le jus de cuisson réduit à l'aide d'un chinois. Réserver.

Étape 4

Dressage

- 1 Poser un emporte-pièce au milieu d'une assiette. Réaliser une couche de viande d'environ 3 à 4 cm. Bien lisser à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 2 Ajouter la purée de pommes de terre. Bien étaler et la tasser pour qu'elle ne s'écroule pas au moment de décercler.
- 3 Saler et poivrer le mesclun.
- 4 Confectionner une boule de mesclun à la main et la placer sur le parmentier.
- 5 Décercler délicatement le parmentier.
- 6 Déposer un filet de sauce sur le bord de l'assiette. Servir chaud.