

Le palais gourmand

Initialement, elle est faite avec des cuisses, mais ce fait très bien avec un poulet entier. À défaut d'herbes fraîches, vous pouvez remplacer celle-ci par 1 c. à thé séchée. ****1 c. à table d'herbe fraîche = 1 c. à thé séchée****

1/4 beurre ramolli

2 c. à table de persil plat haché

1 c. à table de ciboulette fraîche hachée

1 c. à thé de romarin (mis du thym)

1 c. à thé de jus de citron

1 c. à thé de moutarde de dijon à l'ancienne (facultatif)

2-4 gousses d'ail broyées

Sel, poivre

1 petit poulet d'environ 3 livres ou 4 grosses cuisses de poulet avec la peau

Préchauffer le four à 350° (180°). Mettre une grille dans le fond d'un plat allant au four, verser un fond d'eau et réserver. Laver, bien éponger le poulet et avec une fourchette, le piquer à plusieurs endroits. Mélanger tous les ingrédients, sauf le poulet, détacher la peau de la chair avec les doigts à partir du côté de la cuisse pour créer une pochette sans percer les autres extrémités autant que possible. Répartir le beurre entre la chair et la peau et en mettre également un peu partout sur le poulet. Déposer sur la grille, poitrine sur le dessus et cuire au four environ 1 h 30. Arrosez à mi-cuisson. Si vous utilisez des cuisses, la cuisson sera de 1 heure environ.