

Poulet à la grecque aux fines herbes

Ingrédients:

2 c. à soupe d'huile d'olive
4 poitrine de poulet désossées, sans la peau
1 gros oignon haché grossièrement
2 gousses d'ail hachées
1/2 tasse de vin blanc sec
4 tomates hachées
1/4 tasse de basilic frais, haché
1 c. à thé d'origan séché
1/2 tasse d'olive noires Kalamata dénoyautées
1/2 tasse de fromage feta émietté
1/4 tasse de persil frais, haché

Préparation:

Dans une casserole, sur feu moyen-vif, chauffer l'huile. Ajouter le poulet et cuire, en retournant une fois, jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré, environ 4 minutes de chaque côté. Réserver dans un plat.

Dans la casserole, ajouter l'oignon et l'ail et laisser ramollir, en remuant, environ 5 minutes. Y verser le vin et remuer, en raclant le fond de la casserole pour en détacher les sucs. Laisser bouillir jusqu'à ce que le vin soit presque entièrement évaporé, environ 5 minutes. Incorporer les tomates avec leur jus, le basilic, l'origan et les olives. Saler et poivrer. Amener le mélange à ébullition, puis laisser mijoter sur feu moyen, à découvert, en remuant de temps à autre, jusqu'à ce que le tomates se défassent et que le liquide ait réduit de moitié, environ 10 minutes.

Remettre le poulet et son jus dans la casserole. Couvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que la viande soit ferme au toucher, de 5 à 6 minutes de chaque côté. Garnir de feta et de persil et servir.

Source: Châtelaine, 100 recettes exquises

À table avec les soeurs Bellegarde <http://lessoeursbellegarde.blogspot.ca/>