

CASSEROLE DE POULET ET DE LÉGUMES BRAISÉS À LA MOUTARDE



2 bulbes d'ail

1 oignon rouge coupé en quartiers

ou

12 petits oignons (de type cipollini), blanchis et pelés

3 grosses carottes, pelées et coupées en gros morceaux

2 branches de céleri coupées en gros morceaux

4 panais pelés et coupés en gros morceaux

3 pommes de terre pelées et coupées en gros morceaux

ou

12 petites pommes de terre (de type grelot), brossées

4 c. à tab (60 ml) d'huile d'olive

1/4 t (60 ml) de farine

1/2 c. à thé (2 ml) de sel

1/2 c. à thé (2 ml) de poivre noir du moulin

2 c. à thé (10 ml) d'herbes de Provence

4 lb (2 kg) de morceaux de poulet (pilons, hauts de cuisses et poitrines) non désossés, la peau et le gras enlevés

2 c. à tab (30 ml) de beurre

1 t (250 ml) d'oignons hachés

1/2 t (125 ml) de vin blanc sec

1 1/2 t (375 ml) de bouillon de poulet

1/4 t (60 ml) de moutarde de Dijon

1/4 t (60 ml) de moutarde de Meaux (moutarde à l'ancienne)

1 c. à tab (15 ml) de sauce Worcestershire

1 trait de sauce tabasco

1 grosse patate douce, coupée en gros morceaux

-Couper une tranche sur le dessus des bulbes d'ail de manière à exposer les gousses. Dans un grand bol, mettre les bulbes d'ail, l'oignon rouge, les carottes, le céleri, les panais et les pommes de terre, arroser de 2 c. à tab de l'huile et mélanger pour bien enrober les légumes.

Mettre les légumes dans une grande rôtissoire, couvrir et cuire au four préchauffé à 400°F pendant environ 20 minutes ou jusqu'à ce qu'ils aient légèrement ramolli. -Dans un plat peu profond, mélanger la farine, le sel, le poivre et les herbes de Provence. Passer les morceaux de poulet dans le mélange de farine en les retournant pour bien les enrober (secouer pour enlever l'excédent). Dans un grand poêlon, chauffer la moitié du reste de l'huile et du beurre à feu moyen-vif. Faire dorer les morceaux de poulet de 8 à 10 minutes, en plusieurs fois (ajouter le reste de l'huile et du beurre, au besoin). Mettre le poulet avec les légumes dans la rôtissoire.

-Dans le poêlon, cuire les oignons hachés à feu moyen, en brassant de temps à autre, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils aient ramolli. Ajouter le vin blanc en raclant le fond du poêlon pour en détacher les particules. Ajouter le bouillon de poulet, la moutarde de Dijon, la moutarde de Meaux, la sauce Worcestershire et la sauce tabasco et mélanger. Verser le mélange sur le poulet et les légumes.

-Couvrir et cuire au four préchauffé à 400°F pendant 30 minutes. Ajouter la patate douce et poursuivre la cuisson à découvert pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que le jus qui s'écoule du poulet lorsqu'on le pique avec une fourchette soit clair et que les légumes soient tendres (arroser le poulet du jus de cuisson de temps à autre). (Vous pouvez préparer la casserole de poulet à l'avance, la laisser refroidir et la mettre dans un contenant hermétique. Elle se conservera jusqu'au lendemain au réfrigérateur et jusqu'à 2 mois au congélateur.)

-Au moment de servir, disposer le poulet, les légumes et les bulbes d'ail dans un grand plat de service et arroser de la sauce. Servir le poulet et les légumes accompagnés des bulbes d'ail rôtis.

Publier par ***Le coin recettes de Jos***

(Source: Coup de pouce)