

La recette De Geneviève Poulet à la Créole



Recette pour 6 personnes :

1) Ingrédients

1 poulet fermier (1,5 kg) coupé en morceaux ; 400 g de gambas crues surgelées ; 1 carotte ; 3 échalotes ; 3 gousses d'ail ; 4 tiges de persil plat ; 1 cube de bouillon de volaille ; 30 cl d'eau ; 3 cuillères à soupe d'huile d'olive ; 10 cl de rhum ; 1 pincée de piment d'Espelette (ou un petit piment de Cayenne) ; poivre ; sel.

2) Opérations :

- Faire décongeler les gambas en suivant le protocole de l'emballage.
- Éplucher la garniture de légumes, laver ; réserver.
- Tailler la carotte en bâtonnets ; hacher les échalotes et l'ail ;
- Couper le persil avec les ciseaux. Réserver.
- Saler, poivrer les morceaux de poulet ; et les faire dorer dans la cocotte avec deux cuillères à soupe d'huile. Réserver.
- Faire fondre la carotte, les échalotes et l'ail ; ajouter la cuillère d'huile d'olive restante et les gambas. Les faire sauter une minute sur feu vif.
- Replacer les morceaux de poulet dans la cocotte.
- Chauffer le rhum, verser sur le poulet et flamber hors du feu ; attendre que les flammes s'éteignent.
- Verser le bouillon, terminer l'assaisonnement, et ajouter le persil.
- Porter à frémissement sans couvrir cinq minutes, retirer les gambas et les réserver.
- Continuer la cuisson pendant 40 minutes sur feu doux. Ajouter les gambas et réchauffer quelques minutes avant de servir.
- Servir avec un riz créole.

3) Le petit plus :

Au choix :

Préparer le bouillon avec la carcasse du poulet. Ou utiliser des morceaux pré découpés de poulet.