



## Fricassée de poulet jardinière

### **Pour 4 personnes:**

*2 petits poulets (env. 1,4 kg), 1 petite carotte, ½ poivron rouge et ½ poivron jaune, 50 gr de champignons frais, 1 c. à soupe de beurre fondu, sel, poivre, 1,25 dl de vin blanc, 1 c. à soupe de beurre à cuire, 1,25 dl de crème, 1 prise de safran.*

Découper chaque poulet en 6 morceaux et enlever la peau. Peler la carotte et griller légèrement les poivrons de manière à les peler plus facilement. Laver les champignons et couper tous les légumes en fines lamelles. Rôtir les morceaux de poulets dans du beurre, saler et poivrer. Déglacer avec le vin blanc et cuire à couvert pendant 30 min. Environ 5 min. avant la fin de la cuisson, passer les légumes au beurre. Ajouter 2 à 3 c. à soupe de jus de viande et laisser mijoter 5 min. Retirer les morceaux de poulets et les tenir au chaud. Cuire à grande flamme le jus de cuisson, ajouter la crème et le safran; laisser épaissir légèrement. La sauce doit être onctueuse. Ajouter la moitié des légumes à cette sauce. Rectifier l'assaisonnement et verser sur les morceaux de poulets. Garnir avec le reste des légumes émincés. Servir avec un riz créole.

**Fricassée de poulet  
aux légumes**

