



Poulet aux Gambas



Temps de préparation : 1 h

Temps de cuisson : 2 h

Temps Total : 3 h

Difficulté : Faible

Budget : Moyen

Ingrédient pour 6 personnes

- > 1 beau poulet de qualité (fermier ou encore mieux une poularde de Bresse)
- > 12 belles gambas
- > 2 CàS de maïzena
- > 1 oignon
- > 2 carottes
- > 2 gousses d'ail
- > 1 blanc de poireau
- > 1BG (vert de poireau, thym, laurier, céleri branche)
- > 20g de concentré de tomate
- > 10 cl de cognac ou de calvados
- > 20 cl de vin blanc
- > 400 gr de pâtes fraîches (idéalement penne rigate)

Matériel particulier

Aucun

Préparations

Lever les cuisses et les blancs du poulet en conservant la peau sur la chair. Séparer les hauts et les bas des cuisses et couper les blancs en 2 morceaux. Découper la carcasse en petits morceaux et réserver la tête.

Décortiquer les gambas en conservant les coques et les têtes et concasser ces dernières.

Dans une sauteuse, faire colorer les morceaux de poulet à l'huile d'arachide. Commencer par les pilons et les cuisses en premier 15/20 mn environ puis ajouter les blancs et poursuivez la cuisson 10mn environ. Lorsque le tout est bien coloré retirer du feu et réserver.

Dans la même sauteuse, ajouter la carcasse de poulet et bien la colorer puis ajouter les carapaces des gambas et laisser cuire à feu vif quelques minutes. En fin de cuisson, jeter le gras.

Pendant ce temps, couper en cubes l'oignon, les carottes, le poireau et écraser l'ail. Dans une poêle faire suer les légumes au beurre, ajouter du sel + 1 pincée de sucre.

Ajouter les légumes sués aux os de volaille et tête de gambas puis le concentré de tomate. Déglacer avec l'alcool et flamber. Verser le vin blanc et mouiller à hauteur avec de l'eau. Pour finir ajouter le BG et cuire à petit bouillon pendant 45mn.

Filtrer le jus puis le verser dans une casserole et faire réduire de moitié environ. Ajouter-y les cuisses de poulet et cuire 5/10mn, ajouter les blancs et cuire encore le tout environ 5/10mn. Retirer le poulet de la sauce et les emballer dans du papier aluminium pour les garder au chaud. Garder la sauce sur le feu à feu doux.

Pendant ce temps, faire sauter à la poêle les gambas au beurre et cuire les pâtes.

Prélever 3 CàS de sauce, mettre dans un bol avec la maïzena pour la diluer puis mettre dans la sauce pour lier et épaissir.

Bruno Passion Cuisine

Site : www.brunopassioncuisine.fr

E-mail : brunopassioncuisine@free.fr



Poulet aux Gambas



Dresser les assiettes : mettre au fond de l'assiette les pâtes, puis rajouter le poulet et les gambas et napper de sauce. Servir aussitôt.

Astuces

Ne pas hésiter à « marquer » très fort les morceaux de poulet pour leur apporter goût et croustillant.

On peut remplacer les gambas par des langoustines ou des écrevisses.

