

Poulet à la crème et racines oubliées : panais, patate douce et céleri-rave rôtis au beurre à l'ail

Recette pour 4

Description

Un mijoté de poulet à la crème, accompagné de panais, patate douce et céleri-rave rôtis au four dans un beurre à l'ail et sauge.

** Possibilité de réaliser des tapas

L'astuce du chef

Vous pouvez rôtir les légumes de votre choix avec cette recette : carottes, choux de Bruxelles, pommes de terre...

**Vous avez aussi l'option de le servir sous forme de tapas, dans une vaisselle plus petite, vous devriez pouvoir en réaliser 12 unités.

Ingrédients

Mijoté de poulet

- 600 Gr Haut de cuisse de poulet
- 1 Unité(s) Oignon
- 15 Ml Moutarde à l'ancienne maille
- 150 Ml Vin blanc
- 250 Ml Crème 35%

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Racines rôties

- 1 Unité(s) Patates douces
- 2 Unité(s) Panais
- 1 Unité(s) Céleri-rave
- 50 Gr Beurre
- 4 Gousse(s) Ail
- 2 Branche(s) Saugé

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **425 F°**

Mise en place

Coupez le poulet en lanières. Ciselez l'oignon et la sauge. Hachez l'ail. Coupez en cubes (2 cm de largeur) le panais, le céleri-rave et la patate douce.

Mijoté de poulet

Assaisonnez les lanières de poulet de sel et poivre. Dans une grande poêle antiadhésive, versez un filet d'huile d'olive et faites-les colorer à feu vif. Réservez. Dans la même poêle, faites revenir l'oignon blanc puis déglacez au vin blanc. Incorporez les lanières de poulet, puis ajoutez la crème et la moutarde. Portez le tout à ébullition et cuire 20 minutes. Laissez réduire la sauce jusqu'à ce

qu'elle épaississe légèrement. Rectifiez l'assaisonnement.

Légumes

Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez-y l'ail ainsi que la sauge. Mélangez tous les légumes avec le beurre, assaisonnez et mettez le tout sur une plaque à pâtisserie. Cuire 40 minutes au four, vous pouvez brasser les légumes à la mi-cuisson.

Montage

Dans un bol, commencez par une portion de légumes et couronnez avec le mijoté de poulet.

Bon appétit!