

Mitonnée de Poulet à la Bière et au Brocoli

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 15 min.

Ingrédients:

- BLANC(S) DE POULET	850 g
- LARDONS	200 g fumés
- BROCOLI(S)	500 g
- OIGNON(S)	1
- CREME FRAICHE	20 cl
- BIERE BLONDE	33 cl (Postel, Gauloise)
- FARINE	2 c à soupe
- EAU	15 cl
- MIEL	2 c à soupe
- THYM	1 c à café
- LAURIER	1 feuille
- SEL	
- POIVRE	
- MAIZENA	un peu



Recette:

- Découpez le poulet en gros morceaux.
- Emincez l'oignon finement.
- Détaillez le brocoli en petits bouquets.
- Dans une grande casserole, faites dorer les morceaux de poulet. Salez et poivrez.
- Intégrez les lardons et l'oignon émincé. Laissez cuire pendant 5 minutes.
- Saupoudrez avec la farine, bien mélangez puis arrosez avec la bière. Ajoutez un peu d'eau si la sauce vous paraît trop épaisse. Poivrez, ajoutez le thym et le laurier. Baissez le feu et laissez mijoter pendant 45 minutes. Vérifiez la consistance de la sauce au cours de la cuisson.
- D'un autre côté, faites cuire les bouquets de brocoli dans l'eau salée pendant 8 minutes. Egouttez.
- Incorporez finalement dans le mélange au poulet, le miel, la crème et le brocoli. Laissez épaissir légèrement et ajoutez un peu de maizéna si nécessaire.

Remarque:

Servez avec des pommes de terre nature ou des croquettes de pommes de terre.