

Poulet à l'estragon

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 1 h 15 min.

Ingrédients:

- 1 poulet
- 2 c. à soupe d'estragon haché (frais, séché ou surgelé)
- 2dl de crème fraîche
- 50g de beurre
- Huile
- 1 gousse d'ail
- 2 c. à soupe de cognac ou de jus de pomme
- Sel
- poivre
- 1 c. à soupe de farine

Recette:

- Mélangez la gousse d'ail pelée et pressée, le beurre, l'estragon, le sel et le poivre
- Prélevez 1/3 du mélange et incérez-le sous la peau du poulet en prenant garde de ne pas déchirer celle-ci
- Farcissez l'intérieur avec les 2/3 restants
- Huilez un plat à gratin, déposez le poulet et badigeonnez-le avec de l'huile
- Enfourez à 200°C pendant 50 min.
- Retournez le poulet à mi-cuisson
- A la sortie du four, flambez-le avec le Cognac ou versez le jus de pomme (prolongez alors la cuisson de 5 min.)
- Dégagez tous les sucs
- Dans un poêlon, mélangez ceux-ci avec la farine, versez la crème
- Portez à ébullition
- Versez la sauce sur le poulet

Conseil

Servez avec des pdt rissolées ou du riz