

## Poulet Marengo



### **Ingrédients pour 6 personnes :**

#### **Pour le poulet :**

1 poulet fermier, 200g d'oignons, 200g de champignons de Paris, 6 tomates,  
1 cuillère de concentré de tomate, 2dl de vin blanc, 1litre de bouillon de volaille,  
1 cuillère de fond de veau en poudre

#### **Pour le vol au vent d'asperges et écrevisses :**

36 pièces d'écrevisses, 18 asperges vertes, 1 belle cuillère de beurre,  
6 disques de feuilletage de 6cm de diamètre et 5mm d'épaisseur, 1 œuf pour la dorure.

#### **Pour les œufs frits :**

6 œufs de ferme, 6 tranches de pain de mie emporte-pièces en forme de cœur (5cm de côté environ),  
huile d'olive, 6 tranches de jambon de Bayonne, 5dl d'huile pour friture, fleur de sel, poivre

---

### **Le Poulet :**

Prélever les cuisses sur le poulet. Couper le pilon à la hauteur de la jointure et désosser les hauts de cuisse. Redécouper les hauts en 2 pour obtenir en tout 6 morceaux de cuisses de taille équivalente. Lever les poitrines.

Dans une casserole cuire les os de volaille avec 1,5 litre d'eau pendant 45mn à couvert et à feu doux. Filtrer et réserver.

Couper les oignons et les champignons en quartiers très réguliers.

Couper la tomate en 4 et retirer les graines et la peau.

Dans une cocotte basse, colorer les 6 morceaux de cuisses à feu modéré jusqu'à obtenir des morceaux de viande caramélisés. Ajouter les poitrines et colorer sur la peau.

Retourner les poitrines sur la chair et cuire 2mn de plus.

Retirer les morceaux de viande et le gras de cuisson.

Ajouter dans la cocotte les oignons et les champignons et laisser revenir à feu moyen pour que l'eau de végétation des légumes décolle les sucs de la volaille. Lorsque les champignons et les oignons sont fondus, ajouter le concentré de tomate, le vin blanc 1 litre de fond de volaille, les pétales de tomate fraîche et le fond de veau. Laisser mijoter 1 heure à feu doux. 10mn avant de servir couper les poitrines en 3 et ajouter à la sauce. Poser dessus les cuisses et laisser mijoter 10mn à feu doux.

**Les vols au vent :**

Dorer les disques de feuilletage à l'œuf battu et marquer le centre avec un emporte-pièce de 4cm. Cuire 15mn au four à 200° pour obtenir des vols au vent dorés et bien gonflés.

Cuire les écrevisses pendant 3 mn dans une casserole d'eau bouillante assaisonnée et les plonger aussitôt dans une bassine d'eau froide. Egoutter et décortiquer les queues.

Eplucher les asperges et les couper en sifflets de 3 cm.

Les glacer à blanc dans une poêle avec un fond d'eau, sel, sucre et une noisette de beurre jusqu'à évaporation totale de l'eau.

Ajouter alors les queues d'écrevisses et lier l'ensemble avec le beurre restant.

Au dernier moment évider les vols au vent et les garnir très généreusement d'asperges et d'écrevisses.

**Les œufs frits :**

Beurrer et dorer au four à 160° les cœurs de pain de mie.

Dans une poêle, frire les tranches de jambon sans les dessécher.

Faire chauffer l'huile dans une casserole et lorsque la température de 180° est atteinte, y plonger un œuf (sans la coquille bien sûr). Laisser 30 à 40 secondes pour que le blanc dore et que le jaune reste liquide. Retirer délicatement à l'aide d'une écumoire.

Renouveler l'opération pour obtenir 6 œufs frits.

Poser sur chaque tranche de pain, une tranche de jambon puis un œuf.

Parsemer de fleur de sel et de poivre mignonette.

**Finition ;**

Servir le sauté de poulet accompagné de ses 2 garnitures bien chaudes