

Mon poulet au cognac

Aujourd'hui, c'est avec grand plaisir que je vous livre l'une de mes recettes fétiches. Elle fait partie de cette palette de recettes qui remportent un franc succès sur mon blog et au sujet desquelles je reçois régulièrement nombre de commentaires et retours positifs.

Peut-être parce que, tout comme moi, vous aimez beaucoup le poulet, sous toutes ses formes. Et parce qu'en allant faire vos courses, vous vous faites souvent la réflexion: «Tiens, je pourrais acheter des escalopes de poulet pour le souper.» Jusque-là tout va bien. Mais après vient l'éternelle question: «Comment je vais les cuisiner ces escalopes?» Au curry, à la moutarde, à la sauce tomate, au vin blanc, à la crème ou nature, ça, c'est fait. Donc...

Je vous propose une variante rapide, simple et délicieuse, pour apprêter vos beaux morceaux de volaille. Vous m'en direz des nouvelles! S'il n'est pas nécessaire d'avoir fait de hautes études pour préparer ce plat, je tiens tout-de-même à mettre les choses au point avant de vous dévoiler la marche à suivre. L'heure est grave. Oui, car nous allons les flamber, ces jolis filets. Ouh là là, non, ne partez pas...

Je mettrais ma main au feu que certains d'entre vous possèdent la maîtrise parfaite d'une flambée digne de ce nom (pompiers volontaires ou cuisiniers confirmés).



J'autorise donc ces derniers à passer directement à la marche à suivre. Au revoir. Les autres, vous restez. Parce qu'on ne joue pas avec le feu, c'est bien connu. Alors pour réussir cette recette en toute sécurité et avec succès, merci de prendre connaissance de la posologie suivante, en quelques points:

1) Le plus important: éteindre la hotte d'aspiration (ou ventilation) avant de flamber. Cela paraît logique, mais dans le

feu de l'action, justement, on pourrait l'oublier. Je connais quelqu'un qui y a laissé son rideau de cuisine. Autant dire que celui-ci n'a pas fait long feu (je parle du rideau). C'est quand même moche.

2) Chauffer l'alcool dans une petite casserole juste avant pour que cela flambe correctement. Car si cela ne flambe pas tout de suite, cela ne flambera pas. Et vous devrez rajouter de l'alcool et retenter l'expérience. Je ne garantis pas la réussite de la recette au bout de dix essais.

3) Utiliser une longue allumette et non pas un briquet minuscule qui contraint vos petits doigts à tremper dans la sauce. Je n'ose imaginer la scène. Faites aussi attention à ne pas confondre les allumettes avec les soleils que l'on trouve en période des Fêtes. Là aussi, je décline toute responsabilité.

4) Ne pas laisser votre joli minois au-dessus de la poêle lors de la flambée. Il n'y a que dans les dessins animés que Gros Minet, après avoir pris feu, finit simple-



Pour 6 personnes

Préparation: 10 minutes

Cuisson: 30 minutes

- 800 g de filets ou escalopes de poulet
- de l'huile à rôtir
- des épices à volaille (mélange en grande surface)
- 1 dl de cognac
- 2 échalotes
- 20 g de beurre
- 2 dl de vin blanc
- 1 bouquet de persil plat
- 2 dl de crème
- 1 c.à.c. de fécule
- sel, poivre, paprika

ment avec un peu de suie sur le visage et une coupe à la Desireless. Puis redevient tout beau après deux minutes. Otez-vous cela de la tête, vous n'êtes pas des Gros Minets.

Maintenant que je vous ai rappelé les précautions d'usage à respecter, je vous laisse découvrir la suite. Tout en ayant une pensée particulière pour vous, messieurs. Et si, lors d'une soirée romantique avec l'élue de votre cœur, à la lueur des bougies, vous profitez de cette recette pour lui déclarer... votre flamme?

VIRGINIE LÉNART

www.lesrecettesdevirginie.com

La marche à suivre

1 Si vous avez acheté des escalopes, coupez-les en 3 ou 4 dans la longueur. Dans une poêle, faites chauffer un filet d'huile à rôtir. Faites revenir à feu vif les filets de poulet sur chaque face quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Saupoudrez généreusement d'épices à volaille.

2 Parallèlement, faites chauffer le cognac dans une petite casserole. Eteignez la ventilation. Prenez une grande allumette, versez le cognac

dans la poêle et flambez immédiatement le poulet. Remuez la poêle d'avant en arrière jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de flammes, mais ne mélangez pas. Laissez réduire ainsi 2 minutes. Réservez le contenu de la poêle dans un récipient.



3 Hachez les échalotes. Dans la même poêle, faites fondre le beurre et ajoutez les échalotes. Faites

revenir 2 minutes sur feu moyen en mélangeant. Ajoutez le vin blanc, attendez l'ébullition puis ajoutez le poulet avec le jus au cognac. Salez, poivrez et saupoudrez de paprika. Faites cuire 15 minutes à feu doux.

4 Hachez le persil. Délayez la fécule dans la crème froide. Ajoutez la crème et le persil dans la poêle. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Laissez cuire encore quelques minutes pour que la sauce épaississe. Servez avec du riz ou des pâtes.