

Poulet sauté vallée d'Auge

Pour 6 personnes:

*1 beau poulet fermier (ou des blancs et des cuisses) 1 carotte, 2 échalotes
-1 bouquet garni (thym, laurier, persil plat), 25 g de beurre, 20 cl de crème liquide,
10 cl de cidre brut, 5 cl de calvados, sel et poivre, un peu de farine.*

*La garniture : 6 pommes - 300g de champignons de Paris - 40 g de beurre - 1 c à s de
sucre en poudre.*

Salez et poivrez les morceaux de poulet et les farinez légèrement. Faites-les blondir par fournées dans une cocotte avec le beurre bien chaud. Réservez-les. Éliminez le gras de la cocotte, versez-y les échalotes émincées, la carotte découpée en dés et une pincée de sel. Mélangez 2 min sur feu vif. Remplacez les morceaux de poulet dans la cocotte. Ajoutez le calvados, le bouquet garni et le cidre. Portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter 45 min sur feu doux. Pelez les pommes et coupez-les en quartiers. Poêlez-les avec 20 g de beurre, poudrez-les de sucre et laissez-les caraméliser. Faites sauter les champignons à la poêle avec le reste du beurre sur feu vif jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau. Retirez les morceaux de poulet de la cocotte et réservez-les au chaud. Faites réduire le jus de cuisson de moitié sur feu vif. Ajoutez la crème et faites bouillir à nouveau jusqu'à ce que la sauce épaississe. Rectifiez l'assaisonnement. Répartissez les morceaux de poulet sur les assiettes, ajoutez les champignons et les pommes. Nappez de sauce et dégustez sans attendre.

Astuce : réservez les morceaux de poulet au chaud dans un plat à four th 3 (90°) le temps de faire la sauce.

