

Poule au riz sauce suprême



Les ingrédients pour 4-5 personnes

1 poule de 1,5 kg
1 carotte
2 oignons
1 branche de céleri
1 dl de vin blanc
1 bouquet garni
Sel et poivre

Pour la sauce suprême :

1 bol de sauce blanche (2 c à s de beurre , 1 c à s de farine)
125 g de champignons de Paris
1 dl de crème fraîche liquide
1 bouquet de cerfeuil

Faire un court bouillon avec de l'eau, le vin blanc, les oignons épluchés et coupés en 4, la carotte épluchée et coupée en rondelles, la branche de céleri et le bouquet garni. Laisser bouillir 20 mn. Laisser refroidir puis plonger la poule dans ce bouillon froid et porter à ébullition. Laisser cuire 2 h 30.

Préparer la sauce suprême : faire une sauce blanche en faisant fondre 2 c à s de beurre , ajouter 1 c à s de farine, faire épaissir et mouiller avec le bouillon de la poule en le rajoutant peu à peu et en mélangeant jusqu'à obtenir la bonne consistance. Ajouter les champignons nettoyés et couper en lamelles. Laisser cuire 10 mn environ. Au dernier moment lier avec la crème fraîche, ajouter une grosse poignée de cerfeuil ciselé et vérifier l'assaisonnement.

Désosser la poule et mettre sur les assiettes les morceaux de chair sans la peau, napper avec la sauce et accompagner de riz.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>