



LA RECETTE DU DEFI

Volaille rôtie aux légumes de saison, crème safranée et jus à la noisette

Pour 4 personnes

Ingédients :

- 1 volaille de 1,8 kg
- 400 mL de jus de volaille (maison ou à demander à votre boucher)
- Quelques filaments de safran de Touraine
- 4 oignons nouveaux
- 1 laitue à braiser
- Quelques légumes de saison
- 100 mL de crème liquide
- 1 bouquet d'aromates
- 1 filet d'huile de noisette

→ Commencer par la cuisson de la volaille :

Préchauffer le four à 200 °C (thermostat 7),
Mettre le bouquet d'aromates à l'intérieur de la volaille afin de parfumer sa chair
Enfourner 20 minutes puis baisser votre four à 150 degrés (thermostat 5)
pendant 20 minutes
Éteindre votre four et laisser finir la cuisson gentiment afin que la chaleur atteigne la globalité de la volaille

→ Pendant que la volaille cuit :

Braiser la laitue dans une poêle bien chaude à l'huile d'olive
A mi-cuisson, y ajouter les légumes nouveaux, assaisonnés à votre convenance
Ajuster le temps de cuisson des légumes au résultat souhaité (fondants ou croquants)

→ Préparation des sauces :

Diviser votre jus de volaille en 2 casseroles
Pour la première, faire frémir votre jus et la crème liquide et faire infuser le safran jusqu'à ce que les arômes soient bien répartis
Pour la seconde, faire frémir le jus et perler à l'huile de noisette

A votre imagination pour dresser le plat !

