

Poulet croustillant et scones

avec haricots verts et purée de patates douces

Spéciale

55 minutes



Poulet en
crapaudine



Farine tout usage



Poudre à pâte



Mayonnaise



Crème sure



Ciboulette



Sirop d'érable



Patates douces



Mélange paprika
fumé et ail



Haricots verts



Cheddar, râpé

BONJOUR SCONES MAISON

Préparer des scones friables et délicieusement fromagés, c'est simple comme bonjour!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, papier parchemin, essuie-tout, épluche-légumes, cuillères à mesurer, grande casserole, grand bol, grande poêle antiadhésive, papier d'aluminium, passoire, presse-purée

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poulet en crapaudine *	½	1
Farine tout usage	1 ½ tasse	3 tasses
Poudre à pâte	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème sure	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Ciboulette	7 g	7 g
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Patates douces	340 g	680 g
Mélange paprika fumé et ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Haricots verts	170 g	340 g
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

† L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 minutes après l'ouverture de l'emballage.

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.



Faire rôtir le poulet

Sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le disposer sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. **Saler, poivrer** et saupoudrer du **mélange paprika fumé et ail**. Arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 35 à 40 minutes, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré et entièrement cuit**.



Faire cuire les scones

Couper le disque de **pâte de scone** en **8 pointes égales**. (REMARQUE : 16 pointes pour 4 personnes.) Transférer les **scones** sur une autre plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Faire cuire au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient gonflés et dorés.



Faire cuire les patates douces

Pendant que le **poulet** rôtit, peler, puis couper les **patates douces** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans une grande casserole, recouvrir les **patates douces d'assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **1 c. à thé de sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bouillira, baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **patates douces**.



Faire cuire les haricots verts

Pendant que les **scones** cuisent, parer les **haricots verts**. Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter les **haricots verts** et **3 c. à soupe d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient légèrement croquants. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Poursuivre la cuisson pendant 1 minute en remuant souvent, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient bien enrobés. **Saler et poivrer**. Réserver dans une assiette et couvrir d'une feuille d'aluminium pour garder chaud.



Préparer les scones

Pendant que les **patates douces** cuisent, émincer la **ciboulette**. Dans un grand bol, mélanger la **mayonnaise**, la **crème sure**, la **ciboulette**, le **fromage**, la **poudre à pâte**, **2 c. à soupe d'eau**, **1 c. à thé de sucre** et **½ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes). Ajouter la **farine** et remuer jusqu'à l'obtention d'une consistance uniforme. Presser la **pâte** avec les mains pour former une boule, sans trop la compacter. Aplatir la **pâte** de manière à former un disque de 2,5 cm (1 po) d'épaisseur. (REMARQUE : Pour 4 personnes, couper la pâte en deux et former 2 disques.)



Terminer et servir

Lorsque les **patates douces** sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole hors du feu. Ajouter le **sirop d'érable** et **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) aux **patates douces**. À l'aide d'un presse-purée, écraser le tout jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler et poivrer**. Découper le **poulet**. Répartir la **purée de patates douces**, le **poulet**, les **haricots verts** et les **scones** dans les assiettes.

Le repas est prêt!