

Ragoût de poulet maison

avec champ à l'irlandaise au beurre noisette

Familiale

30 à 40 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Cuisses de poulet



Poitrines de poulet



Mélange aromatique



Petits pois



Thym



Pomme de terre
Russet



Concentré de
bouillon de poulet



Mélange d'épices
pour sauce crémeuse



Oignon vert



Sel d'ail

BONJOUR CHAMP À L'IRLANDAISE

Un plat traditionnel de l'île d'Émeraude composé de purée de pommes de terre et d'oignons verts!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande casserole, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Cuisses de poulet ♦	280 g	560 g
Poitrines de poulet ♦	2	4
Mélange aromatique	227 g	454 g
Petits pois	56 g	113 g
Thym	7 g	7 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Concentré de bouillon de poulet	2	4
Mélange d'épices pour sauce crémeuse	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon vert	2	4
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	3 ½ c. à soupe	7 c. à soupe
Lait*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** 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 min après l'ouverture de l'emballage.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

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.

Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter @HelloFreshCA



Cuire les pommes de terre

- Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une casserole moyenne, recouvrir les **potatoes** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, émincer les **oignons verts**.
- Réduire à feu moyen-élevé. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**.
- À l'aide d'une passoire, égoutter les **potatoes**.



Terminer le ragoût

- Dans la casserole contenant le **poulet** et les **légumes**, incorporer **1 tasse d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.) et les **concentrés de bouillon**. Porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter les **pois**, puis réduire à feu moyen. Laisser mijoter à couvert de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient tendres et que le **poulet** soit entièrement cuit**. (**REMARQUE** : Le ragoût sera plutôt liquide.)
- **Poivrer**, au goût.



Préparer

- Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le couper en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Saler et poivrer.**

Si vous avez choisi les **poitrines**, les préparer et les faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour les **cuisses**.



Préparer le beurre noisette

- Entre-temps, pendant que les **potatoes** s'égouttent dans la passoire, essuyer avec précaution la casserole moyenne (celle de l'étape 1), puis la chauffer à feu moyen.
- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis tourner la casserole de 1 à 2 min, jusqu'à ce que le **beurre** soit doré et cesse de mousser. (**CONSEIL** : Le surveiller pour ne pas le brûler!)
- Ajouter les **oignons verts**, puis retirer la casserole du feu. Remuer pendant 30 s, jusqu'à ce que les **oignons verts** ramollissent légèrement.



Commencer le ragoût

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 ½ c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.) et tourner la casserole jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter le **poulet**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré.
- Ajouter le **mélange aromatique** et **2 ou 3 branches de thym** (3 ou 4 branches pour 4 pers.). Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement.
- Dans la casserole, ajouter le **mélange d'épices pour sauce crémeuse** et **¾ c. à thé de sel d'ail** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **poulet** et les **légumes** soient bien enrobés.



Terminer et servir

- Remettre les **potatoes** dans la casserole contenant le **beurre noisette** et les **oignons verts**. Ajouter **3 c. à soupe de lait** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser le tout jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. Saupoudrer du **reste** du **sel d'ail** et **poivrer**, au goût.
- Retirer avec précaution les branches de thym du **ragoût**.
- Répartir la **purée** dans les bols. Garnir du **ragoût de poulet**.

Le souper, c'est réglé!