



Ragoût de poulet et d'orge

★ ★ ★ ★ ★ 4,7 à partir de 17 commentaires

Temps de préparation: 10 minutes Temps de cuisson: 50 minutes Temps total: 1 heure

Rendement: 4

Ingrédients

ÉCHELLE

- 1 1/2 lb de cuisses de poulet désossées et sans peau
- 1 cuillère à soupe d' assaisonnement italien séché
- 1 petit oignon jaune, coupé en dés
- 3 grosses carottes, pelées et coupées en dés
- 3 côtes de céleri, coupées en dés
- 2 gousses d'ail émincées
- 3 petites pommes de terre, coupées en dés
- 8 tasses de bouillon de poulet
- 1/4 tasse de vin blanc ou de vinaigre de vin blanc
- 1 tasse d' orge crue
- 1 cuillère à café de thym frais, émincé
- 1 cuillère à café de romarin frais, émincé
- 1 cuillère à café de sauge fraîche, émincée
- Persil frais, haché grossièrement pour la garniture
- Sel et poivre noir moulu

Instructions

- 1 Assécher les cuisses de poulet avec une serviette en papier. Assaisonner généreusement les deux côtés de chaque cuisse avec du sel, du poivre et un assaisonnement italien.
- 2 Chauffer 1 cuillère à soupe d' huile d'olive dans un [faitout](#) Marmite ou grand feu moyen élevé. Ajoutez le poulet et couvrez la casserole avec un couvercle. Cuire 5 à 7 minutes jusqu'à ce que le fond soit doré, retirer le couvercle et retourner les cuisses de poulet. Cuire encore 5 à 7 minutes, recouvert d'un couvercle, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et bien cuits (la température atteint 165 ° F). Retirer dans un bol, déchiqueter avec deux fourchettes et réserver.
- 3 Égouttez l'excès de gras de la poêle et, une fois de retour sur le feu, versez la moitié du vin dans la poêle. Déglacez la casserole en grattant les morceaux dorés du fond de la casserole (en les gardant dans la casserole!).
- 4 Si nécessaire, ajoutez une autre cuillère à soupe d'huile d'olive dans la poêle. Faire sauter l'oignon, la carotte et le céleri dans une poêle à feu moyen-vif et jusqu'à ce qu'ils soient ramollis, environ 7 minutes. Ajouter l'ail et faire sauter de 30 secondes à 1 minute, jusqu'à ce qu'il soit parfumé.
- 5 Déglacez à nouveau la poêle avec le reste du vin blanc (ou du vinaigre de vin blanc), en grattant les morceaux dorés au fond de la casserole.
- 6 Ajouter les pommes de terre, le poulet râpé, l'orge, le bouillon de poulet, le thym, le romarin et la sauge dans la casserole. Remuer pour combiner et porter à ébullition. Réduire à ébullition, couvrir avec un couvercle et cuire environ 30 minutes, jusqu'à ce que le poulet et les pommes de terre soient tendres. Garnir de persil frais si désiré.