

Poulet au citron cuit au four



Un poulet entier farci aux herbes fraîches, à l'ail et au citron, cuit lentement au four, est une vraie délicatesse. Nous vous révélons la recette.

Il n'est pas si facile de bien cuire un poulet au four sans thermomètre de cuisson. Nous avons dû faire trois essais jusqu'à ce que nous ayons trouvé la meilleure formule. En effet, la viande devrait être cuite sans être desséchée à la fin de la procédure. Le mieux est de cuire le poulet à basse température pendant un long moment.

Et pour que la peau devienne bien croustillante, nous mettons la température maximale pendant les 15 premières minutes. Bien que le four soit ensuite totalement éclaboussé de graisse, la dégustation vous fera oublier le nettoyage. De plus, de nombreuses personnes ont aujourd'hui des fours autonettoyants à pyrolyse dans leurs cuisines.

Astuce: on peut aussi utiliser un sac de cuisson, mais il faudra réguler la température différemment.

D'une façon ou d'une autre: nous vous souhaitons bon appétit!

Poulet et farce

- 1 poulet entier suisse d'environ 1,3 kg
- 1 gousse d'ail, pressée
- ½ citron (le demi-citron pressé est inséré dans le poulet, le jus est utilisé pour la marinade)
- 2 grands brins de thym citron
- 1 grand brin de romarin • Sel

Marinade

- 0,5 dl d'huile d'olive
- ½ gousse d'ail, pressée
- ½ demi-citron, jus
- Zestes du citron complet
- ½ cc de paprika doux
- 20 g de beurre, fondu

Légumes

- Une petite pomme de terre, coupée en deux
- ½ gousse d'ail, coupée en deux

- Carottes, coupées grossièrement
- Patates douces, coupées grossièrement
- 1 gousse d'ail complète, coupée en deux
- Quelques giclées d'huile d'olive
- Thym et romarin frais
- Sel

1. Lavez rapidement l'intérieur et l'extérieur du poulet à l'eau, puis séchez-le bien avec du papier de ménage.
2. Farcissez le poulet avec tous les ingrédients à part le sel. Il faudra le rajouter plus tard, afin que la viande ne perde pas son jus.
3. Mélangez les ingrédients de la marinade, puis badigeonnez le poulet. Mettez aussi une cuillère à café de marinade à l'intérieur du poulet. Laissez tirer la volaille pendant au moins une demi-heure au réfrigérateur.
4. Pendant ce temps, préparez les légumes. Coupez les légumes qui sont cuits rapidement en gros morceaux et ceux qui mettent plus longtemps en petits morceaux.
5. Mettez les morceaux de légumes dans un moule à gratin, salez le tout, ajoutez la gousse d'ail pressée, l'huile d'olive et les herbes, mélangez le tout.
6. Commencez à cuire les légumes au four à 180 degrés pendant environ 35 minutes alors que le poulet est encore au réfrigérateur. A la moitié du temps de cuisson, mélangez les légumes, sortez-les du four et réservez-les au chaud.
7. Réchauffez le four à 250 degrés sur chaleur tournante.
8. Posez une grille sur une plaque (afin que le poulet ne nage pas dans son jus); mettez le poulet par-dessus, puis rôtissez-le pendant 15 minutes.
9. Diminuez la température à 140 degrés sur chaleur tournante. Maintenant, salez bien le poulet et cuisez-le pendant 60 minutes supplémentaires.
10. A la moitié du temps de cuisson, versez le reste de la marinade sur les légumes, puis remettez-les au four pendant les 30 dernières minutes.
11. Dressez le poulet et les légumes, et savourez!

Temps de préparation: environ 2 heures et demie

Buffalo Cabernet Sauvignon

Robe rouge et violet intense. Nez de cassis et de poivre noir, avec une note fumée et de vanille provenant de l'élevage sous bois. Bouche pleine aux tanins moelleux. Finale persistante.



[Voir dans le weinshop >](#)