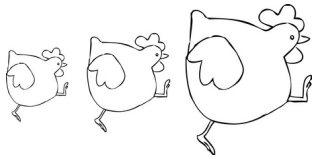
Petits Conseils pour la cuisson de votre volaille.

- Sortez votre volaille du réfrigérateur au moins 1 heure avant de la cuire.
- Vous pouvez commencer la cuisson de votre volailles en plaçant les blancs vers le bas afin qu'ils récupèrent la graisse et gardent leur tendreté. Pensez à la retourner à mi-cuisson et à l'arroser régulièrement.
- Nous vous conseillons de commencer votre cuisson par 20 minutes à 200° et ensuite de réduire la température de votre four sur 160°. Le temps de cuisson total dépend du poids de votre volaille : comptez 35 minutes par 500gr, en pensant à ajouter 20 minutes si celle-ci est farcie.
- Pensez aussi à la cuisson à basse température comme expliqué dans le livret
- Pour vérifier si votre volaille est cuite, piquez la entre la jointure de la cuisse et le coffre: le jus qui s'écoule doit être transparent.
- Il est toujours bon de laisser votre volailles reposer pendant 30 minutes avant de la découper et de la déguster.

Nous espérons que ces quelques petits conseils et recettes vous permettront de profiter au mieux de vos moments de fêtes, de vos hôtes et de nos volailles. Bon appétit.



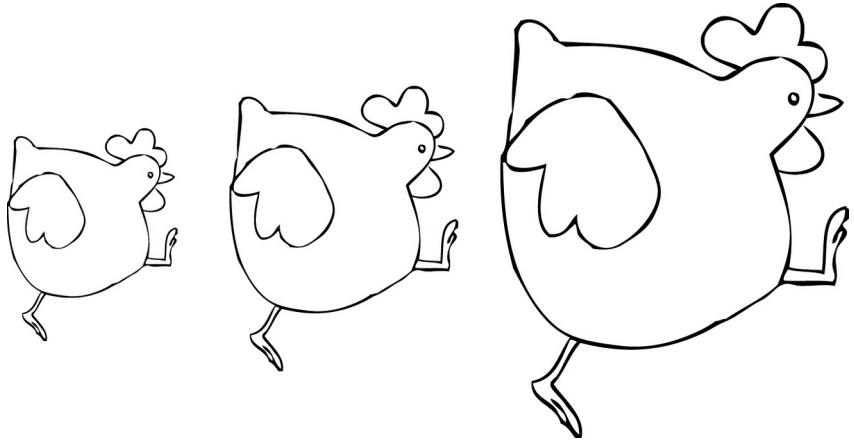
La Ferme En Coton

Route d'Agen – 32000 Auch – 05.62.65.53.20

www.lafermeencoton.fr

La Ferme En Coton

vous propose une sélection de recettes et de conseils qui vous permettront d'accommoder au mieux votre Poularde, Chapon ou Pintade.



Fin d'année 2021

Nicolas et Anne-Catherine Petit

Route d'Agen - 32000 Auch – 05.62.65.53.20

lafermeencoton@free.fr

www.lafermeencoton.fr

AVANT TOUT

Préparation de votre volaille

1- Coupez le cou à la base des plumes, coupez les pattes à l'articulation et les ailerons à la jointure.

2- Avec un couteau, ouvrez l'arrière de la volaille autour de l'anus. Décollez la boule de graisse qui remplit la cavité abdominale par un mouvement tournant des doigts.

3- Dans cette boule de graisse, récupérez le gésier, le foie et le cœur. Pour utiliser le foie, il faut penser à enlever le fiel, la glande verte qui se trouve sur celui-ci. Si par mégarde vous l'avez percée, rincez abondamment le foie pour enlever toute amertume. Ouvrez le gésier, jetez la poche intérieure et lavez-le.

4- Chez les poulardes, vous pouvez trouver un chapelet d'œufs : c'est normal. Retirez-le et essuyez la cavité abdominale avec un essuie-tout.

5- La volaille étant posée sur le dos, fendez la peau à la naissance du cou. Décollez avec les doigts la poche du jabot (vide), et tirez-la jusqu'à ce qu'elle sorte (aidez-vous d'un essuie-tout).

6- Dénudez le cou et coupez le au ras de la carcasse en gardant la peau que vous roulez vers l'intérieur pour protéger les blancs lors de la cuisson.

Votre volaille est prête. Bonne préparation.

Poularde à la crème et moutarde

Pour 6 personnes

1 Poularde
6 Carottes
1Oignon
3 brins de thym
4 càs d'huile d'olive
2 Poireaux
1 branche de céleris
2 branches d'estragon
40 gr de beurre
400ml de vin blanc
150gr de moutarde du Domaine d'Entras
400gr de crème fraiche épaisse
Sel

Coupez les carottes et les poireaux en rondelles et le céleri en dés. Pelez l'oignon et ciselez-le.

Coupez la poularde en morceaux, ôtez un peu de peau si vous souhaitez un plat plus léger.

Dans une cocotte en fonte, mettez 20 g de beurre et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Quand c'est chaud, mettez les morceaux de poularde et faites-les dorer pendant une dizaine de minutes sur toutes les faces.

Enlevez les morceaux de poularde, réservez-les dans un plat et jetez presque tous le gras de cuisson. Dans la même cocotte faites chauffer et mettez les légumes (carottes, poireaux, céleri, oignon). Salez et faites revenir 5 minutes. Ajoutez ensuite les morceaux de poularde doré et arrosez avec le vin blanc. Ajoutez les herbes aromatiques, couvrez et laissez cuire à petit feu 1 heure 30 en ajoutant si besoin un peu d'eau pour éviter que cela accroche.

Ensuite, ajoutez la crème fraîche et laissez cuire 15 minutes supplémentaires.

Quand c'est cuit, ajoutez la moutarde, mélangez et servez immédiatement. Vous pouvez pour faire joli, saupoudrer de pluches de persil plat.

Servez avec du riz ou des pâtes fraîches.

Encore et toujours notre coup de cœur
Chapon basse température

Temps de cuisson : 6h30 à 90°C

- 1 chapon
- 1 branche de romarin
- sel, poivre

Préparation:

- Pensez à sortir votre volaille du frigo 1h avant de l'enfourner.
- Préchauffez le four à 90°C.
- Disposez le chapon dans un grand plat allant au four.
- Assaisonnez-le à l'intérieur avec le sel et le poivre et mettez simplement une branche de romarin
- Laissez le cuire 1h20 par 500gr. Pensez à compter 1h de cuisson en plus pour la farce.
- Arrosez régulièrement (environ toutes les 30 minutes) le chapon avec un peu de bouillon ou avec la graisse de votre volaille.
- 30 minutes avant de servir, montez la température du four à 220° pour avoir une jolie peau toute dorée et croustillante.
- Arrosez le chapon avec le jus de cuisson.
- Servez bien chaud avec des purées maisons (pommes de terre, céleri et marrons) et du jus de cuisson dans laquelle vous pouvez rajouter des châtaignes.

• Pintade au Curcuma et Endives Caramélisées

- Pour 6 personnes
- - 1 pintade
- - 12 petites endives
- - 1 orange
- - 1 citron vert
- - 2 échalotes
- - 10 cl de vin blanc sec
- - 5 cl de Noilly Prat
- - 5 cl de crème liquide
- - 2 cuillères à soupe de sucre poudre
- - sel, poivre
- - 1 cuillères à soupe de curcuma
- - beurre
-
- Couper la pintade en morceaux et la saupoudrer de curcuma et de sel.
- Dans une cocotte, la faire revenir dans le beurre. Verser le vin blanc. Couvrir et faire cuire à feu doux 40 min.
- Fendre les endives en deux et dans une sauteuse, les faire dorer dans le beurre. Saler, poivrer et laisser cuire à couvert environ 20 min.
- Lorsqu'elles sont presque tendres, les saupoudrer de sucre et les laisser caramériser.
- Réserver la pintade au chaud dans de l'alu et mettre le jus de cuisson de côté.
- Faire revenir dans la cocotte les échalotes puis verser le Noilly et laisser cuire 3 min. Ajouter les jus des fruits + jus de cuisson.
- Faire réduire de moitié puis ajouter la crème.
- Servir la pintade et sa sauce entourée des endives.

Chapon poché puis rôti

Préparation : 45 mn **Cuisson** : 2h15 (selon le poids)

Ingrédients :
- 1 chapon
- 1 poireau
- 1 bouquet garni
- Poivre en grain
- 1 oignon
- 2 carottes
- Sel et poivre du moulin

Préparation :

Lavez les carottes et coupez les en tronçons . Lavez les poireaux et les fendre en deux. Coupez les oignons en deux avec leurs pelures.

Dans une marmite assez grande pour contenir le chapon, placez les légumes, le bouquet garni, 1 càs de poivre en grain. Salez, couvrez d'eau à mi-hauteur et portez à ébullition. Salez l'intérieur du chapon et mettez le dans le bouillon. Baissez le feu, couvrez et laissez pocher à tout petit feu pendant 30 min; le bouillon doit à peine frémir.

Bien égoutter le chapon. Si vous le désirez, vous pouvez le farcir. Déposez la volaille sur un lèchefrite dans le four froid et le faire rôtir 2h30 (selon le poids) à 180° (th.6). L'arrosez régulièrement avec la graisse. Votre chapon est cuit lorsque le jus sort clair et non plus blanchâtre quand on pique le gras de la cuisse jusqu'à l'os.
Lorsque le chapon est cuit, sortez le du four et placez le dans un plat de service. Bien l'envelopper de papier aluminium et laissez le reposer dans le four éteint, porte ouverte. Retirez le maximum de graisse du lèchefrite et déglacer le jus avec deux louches du bouillon. Faites bouillir et laissez cuir jusqu'à obtenir un jus concentré.

Peut se servir avec des légumes de saison glacés au miel.

Chapon farci au pain d'épice et à l'ail en chemise

Préparation : 50 mn **Cuisson** : 2h15 (selon le poids)

Ingrédients :
- 1 chapon
- le foie de votre chapon
- 1 gros oignon
- 200 gr de pain d'épice
- sel et poivre
- 2 œufs
- 2 têtes d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile
- 300 gr de farce fine
- 1 bouquet de romarin

Préparation :

Émiettez le pain d'épice.Coupez le foie en dés. Pelez 4 gousses d'ail et l'oignon. Hachez-les.

Mélangez le pain d'épice, la farce fine, le foie, le hachis d'ail et d'oignon, les œufs battus. Salez et poivrez au moulin.

Préchauffez le four à thermostat 8 (240°C).

Farcissez-le chapon, ficelez-le. Faites le rôtir 15 min sur les quatre faces (1h). Ajoutez les gousses d'ail non pelées. Cuisez encore 1h15 sur le dos à th 6-7(200°). Arrosez souvent.

Gardez le chapon au chaud. Dégraissez le plat, versez 15 cl d'eau, faites bouillir 5 min en remuant. Sortez la farce, tranchez-la.
Découpez le chapon, servez-le avec farce, gousses d'ail rôties et romarin.
Servez avec une purée de pomme de terre et des légumes de saisons.