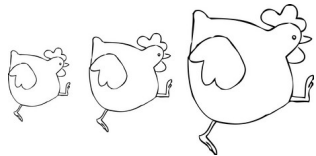


## Petits Conseils pour la cuisson de votre volaille.

- 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.

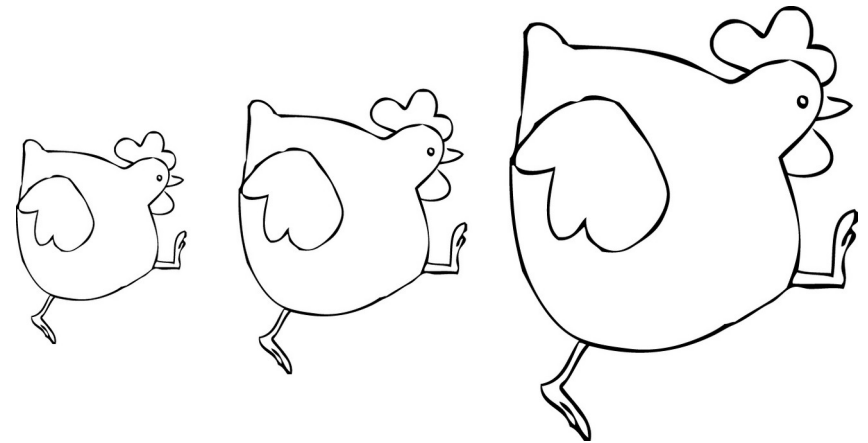


**La Ferme En Coton**

Route d'Agen – 32000 Auch – 05.62.65.53.20  
[www.lafermeencoton.fr](http://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 2022

**Nicolas et Anne-Catherine Petit**

Route d'Agen – 32000 Auch – 05.62.65.53.20

[lafermeencoton@free.fr](mailto:lafermeencoton@free.fr)

[www.lafermeencoton.fr](http://www.lafermeencoton.fr)

# Pintade farcie aux légumes anciens

## 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.

### Pour 6 personnes

1 Pintade	2 panais
400gr de châtaignes	3 carottes
1 gros Oignon	2 rutabagas
100gr de noisettes	2 betteraves jaunes
70gr de flocons d'avoine	1L d'eau
35ml de miel	25gr de bouillon de légumes
Noix de muscade	Sel

Faites chauffer doucement votre cocotte et ajoutez de l'huile d'olive. Pendant ce temps épluchez et émincez l'oignon, et ajoutez-le dans la cocotte chaude. Puis hachez grossièrement les noisettes. Ajoutez-les à l'oignon quand celui-ci sera transparent. Mélangez et ajoutez de l'huile d'olive si besoin.

Ajoutez ensuite les châtaignes cuites et écrasez-les grossièrement avec le dos d'une fourchette. Puis ajoutez le miel et la muscade en poudre selon vos goûts. Mélangez. Puis versez la farce dans un récipient.

Garnissez la pintade de farce. Recousez le croupion avec de la ficelle de cuisine. Gardez bien l'excédant de farce. Versez de l'huile d'olive dans la cocotte et faites-la chauffer à feu doux.

Préchauffez le four à 180°C.

Faites dorer la pintade sur toutes ses faces. Puis mettez-la de côté. Ajoutez un peu d'huile d'olive si besoin ; ensuite ajoutez les betteraves jaunes, les rutabagas coupés en morceaux avec les carottes et panais. Faites-les dorer puis ajoutez le restant de farce. Mélangez puis versez l'eau chaude avec du bouillon de légumes déshydraté et un peu de gros sel. Mélangez puis faites de la place au milieu pour pouvoir y placer la pintade farcie.

Arrosez la pintade farcie rapidement, puis refermez le couvercle et mettez au four pendant 1h15. Au bout de 45 minutes, enlevez le couvercle, arrosez la pintade et remettez au four sans le couvercle pour que l'eau s'évapore un peu et que la sauce s'épaississe. La volaille aura ainsi une jolie couleur.

N'hésitez pas à continuer la cuisson en fonction de la taille de la volaille.

La cuisson terminée, découpez la pintade sur une planche en bois et servez la avec les légumes et le bouillon.

# 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.

# Des idées de farces

pour garnir vos pintades, poulardes et chapons

## Farce aux pommes

3 grosses pommes – 350gr de farce fine – 1 tranche de pain – 10 brins de persil – 5cl de calvaços – beurre – 1 vert de poireau – 1 carotte – 2 échalotes – 1 gousse d'ail – thym – laurier

Dans un bol mettre à tremper la tranche de pain avec un peu de lait.

Hachez le persil.

Épluchez et coupez en quartiers les pommes.

Mettre sur feu moyen une poêle avec 40 gr de beurre, faites-y cuire et légèrement colorer les quartiers de pommes.

Dans un saladier mélangez la farce, le persil, le pain, le calvaços.

Farçissez la poularde en alternance, farce et quartiers de pommes, finissez par de farce.

## Farce facile aux noix

75gr de cerneaux de noix – 2 tranches de pain – 3 gousses d'ail – 3cl d'Armagnac – thym

Faites tremper le pain de mie dans le lait et l'armagnac. Pelez les gousses d'ail. Hachez les abats.

Salez et poivrez l'intérieur de votre volaille, puis remplissez-la du pain de mie essoré, des abats hachés, des noix concassées, de l'ail haché et du thym.

## Farce au foie gras

200gr porc haché – 200gr veau haché – 250gr foie gras frais – 150gr lardons – 2 tranches de pain – 2 œufs – 4 petit-suisse – 2 gousses d'ail – 3 échalotes – 12cl de Porto – Persil Sel Poivre

Dans un saladier, mettez le persil haché, les échalotes et l'ail ciselés, ajoutez les viandes hachées, les oeufs et les petits-suisse. Assaisonnez et mélangez.

Faites tremper le pain dans le porto. Faites revenir le foie gras coupé en dés dans une poêle chaude. Débarrassez-le dans une passoire. Faites revenir les lardons. Égouttez-les et réservez la graisse.

Ajoutez à la farce les dés de foie gras, les lardons et le pain. Mélangez et farçissez-en l'intérieur de la volaille.

# Chapon rôti et ses oignons farcis

**Préparation** : 45 mn

**Cuisson** : 3h45 (selon le poids)

Pour 8 personnes

## Ingrédients :

1 chapon – 2 poireaux – 8 oignons rouges – 4 tranches de pain – 3 câs persil haché – 3 pommes – 4 branches de céleri – 200 gr châtaignes – 6 oignons – 6 câs raisins secs – 4 câs beurre fondu – 20cl crème liquide – sel, poivre.

## Préparation :

Faites griller les tranches de pain. Coupez-les en dés puis laissez-les sécher.

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

Coupez les châtaignes, la pomme et le céleri en dés. Émincez le poireau. Dans une poêle, faites revenir avec 1 cuillère à soupe beurre, le poireau et le céleri.

Placez-les dans un grand bol, ajoutez et mélangez les châtaignes, la pomme, les raisins secs, le pain, le beurre fondu, la crème liquide et le persil haché puis salez et poivrez. Farcissez-en le chapon, en réservant une partie de la farce pour farcir les oignons rouges.

Mettez le chapon dans un plat creux. Salez, poivrez et arrosez d'huile. Enfournerez et laissez cuire pendant 3h45 environ. Arrosez régulièrement avec le jus durant la cuisson.

Pelez les oignons rouges, tranchez-les aux 3/4, évidez-les. Farcissez les oignons du reste de farce.

Placez les oignons dans le plat du four avec le chapon 30 min avant la fin de la cuisson.

Servez le chapon avec les oignons farcis.

# Poularde forestière

**Préparation** : 50 mn

**Cuisson** : 2h30 en 2 temps (selon le poids)

1 poularde – 700 g de champignons de Paris – 200 g de girolles – 2 câs d'armagnac – 1 tête d'ail – 2 câs de persil haché – 1 œuf – 1 tranche de pain – beurre – 1 petit verre de lait – 2 câs de miel – 2 carottes – 1 gros oignon – le vert d'un poireau – Sel, poivre

## Préparation :

Préparez le bouillon: Lavez et épluchez les légumes puis plongez-les dans 2 litres d'eau froide avec 1 pincée de sel et du poivre. Portez à ébullition puis ajoutez le gésier et le cou. Laissez bouillonner à feu moyen 30 mn. Pochez le foie 5 mn dans le bouillon.

Pendant ce temps, nettoyez et émincez les champignons de Paris en petits dés. Puis faites-les revenir dans une noix de beurre et 3 câs de lait. Incorporer une gousse d'ail hachée, une câs de persil, sel et poivre, et laisser refroidir.

Préparer les girolles de la même manière sans les émincées.

Sortez le gésier du bouillon.

Versez l'ensemble des champignons dans un cul de poule. Ajoutez l'œuf entier, la mie de pain trempée dans du lait et essorée, le gésier finement tranché et l'armagnac. Mélangez bien et incorporez le foie coupé en 2 ou 3 morceaux.

Fermez la poularde par le cou en rabattant la peau et le cousant à l'aide d'une ficelle alimentaire. Retournez-la et garnissez l'intérieur de farce aux champignons en la tassant bien au fur et à mesure.

Cousez à nouveau le poularde assez serré afin que la farce ne s'échappe pas lors de la cuisson. Plongez-le pour 30 mn couvert dans le bouillon à feu moyen.

Au terme de ce temps, retirez la poularde précautionneusement du bouillon.

Préchauffez votre four à 160°.

Déposer 4 gousses d'ail entières non épluchées dans le fond de votre platet placez la poularde ainsi que le cou. Salez, poivrez et badigeonnez la surface de miel.

Enfournerez pour 2 heures.

Après 15 mn de cuisson, déglacez le fond du plat avec un verre d'eau en décollant bien les sucs de cuisson, arrosez le chapon et posez une grande feuille de papier d'aluminium sur le dessus sans trop l'appuyer. Continuer la cuisson en arrosant toutes les 15min environ, rajouter un verre d'eau si besoin. Retourner la poularde à mi-cuisson en la replaçant sur le dos.

A la fin de la cuisson, la poularde est bien dorée, enfermez-la dans du papier d'aluminium le plus hermétiquement possible. Faites un petit trou à la surface afin d'évacuer la vapeur d'eau et laissez-la se détendre 30 mn dans le four éteint. La chair de la poularde va ainsi se parfumer tout en gardant son jus.

Retirez la poularde du papier d'aluminium, déposez-la sur votre plat de service et arrosez-la de son jus de cuisson.