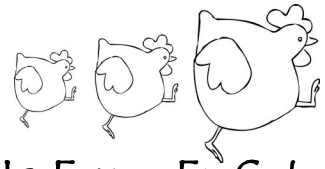
Petits Conseils pour la cuisson de votre volaille.

- Sortez votre volaille du réfrigérateur 2 heures avant de la cuire.
- Ne piquez jamais la volaille, ni avant, ni pendant la cuisson; le moindre trou dans la peau laisserait échapper la graisse et la chair sécherait en cuisant.
- Nous vous conseillons de commencer votre cuisson par 20 minutes à 200° (th 8) et ensuite de réduire la température de votre four sur 180° (th 4). Le temps de cuisson total dépend du poids de votre volaille: comptez 1h15 par kg, en pensant à ajouter 15 minutes si celle-ci est farcie.
- Pensez aussi à la cuisson à basse température comme expliqué dans le livret
- Pour vérifier la cuisson, piquez la cuisse avec la pointe d'un couteau : le jus qui s'écoule doit être parfaitement clair. Cette technique infaillible vous garantit une cuisson à cœur optimale.

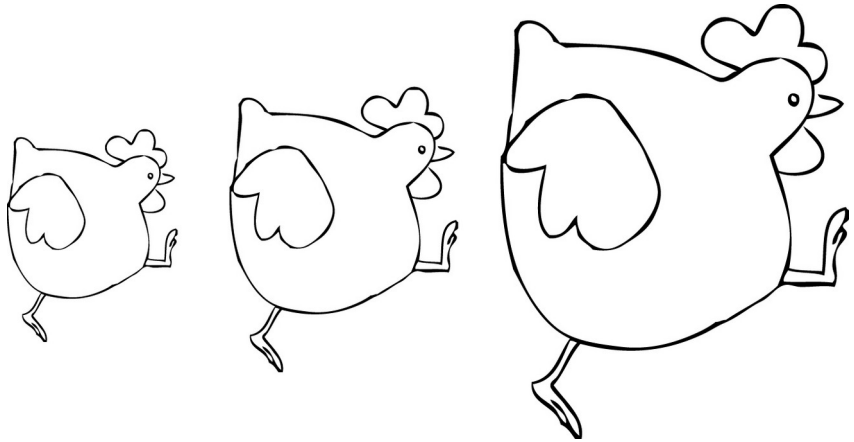
Nous espérons que ces quelques petits conseils et recettes vous permettront de profiter au mieux de vos moments de fêtes, de vos hôtes et de nos volailles. Bon appétit.



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 2025

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.

Pintade farcie aux pistaches et à l'orange

Pour la farce :

200 g de chair à saucisse
1/2 échalote finement émincée
1 c. à s. de persil frais ciselé
30 g de pistaches décortiquées non salées
Zestes et jus d'une orange bio
le foie de votre pintade
1 gousse d'ail émincée
30 g de flocons d'avoine
Sel et poivre
1/2 verre de vin blanc sec

Les légumes :

400 g de pommes de terre coupées en cubes
300 g de courge potimarron en tranches
1 oignon rouge coupé en quartiers
1/2 orange bio coupée en rondelles
Quelques branches de thym ou de romarin
200 g de champignons
1 tête d'ail entière
5 c. à s. d'huile d'olive

Pour le beurre

70 g de beurre
1 c à c de paprika, de poudre d'ail et d'origan séché
1/2 c à c de sel et de poivre noir moulu

- Mélangez la chair à saucisse, le foie, l'échalote, l'ail, le persil, les flocons d'avoine, les pistaches, les zestes et le jus d'orange. Ajoutez le vin blanc, salez et poivrez. Mélangez et farcissez la pintade avec le mélange.
- Dans un grand plat allant au four, disposez les pomme de terre, ajoutez la pintade farcie. Répartissez la courge, les champignons, l'oignon et les gousses d'ail tout autour.
- Mélangez le beurre avec les épices. Tartinez la pintade de beurre.
- Disposez les rondelles d'orange pour qu'elles libèrent leur jus et parfument le plat. Arrosez d'huile d'olive et ajoutez un peu de thym.
- Enfournez pendant 1h15 à 180°C dans un four préchauffé.

Notre incontournable
Chapon ou poularde basse température

Temps de cuisson : 7h00 à 90°C

pensez à programmer votre four pour ne pas avoir à vous réveiller trop tôt.

- 1 chapon ou une poularde
- 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 ou la poularde 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 1h 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.

Chapon farci aux marrons

1 chapon	40 g de beurre
15 cl de vin blanc sec	25 cl d'eau
1 cas de gros sel	100 g de lardons
150 g de mie de pain	Un bol de lait
300 g de chair à saucisse	24 marrons précuits
1 cuillère à soupe d'Armagnac	2 échalotes moyennes
2 oignons moyens	2 petites gousses d'ail
Un peu de persil plat	Sel, poivre

Faire tremper la mie de pain dans le lait pendant 10 minutes. Hacher échalotes, oignons, ail et persil.

Dans une poêle, faire revenir les lardons quelques minutes.

Ajouter les lardons au mélange d'échalotes, oignons, ail, persil, puis les œufs, l'Armagnac et les marrons. Mélanger bien !

Incorporer la chair à saucisse et la mie de pain essorée à la préparation. Saler, poivrer, puis mélanger.

Placer la farce à l'intérieur du chapon en tassant bien. Refermer la cavité à l'aide de cures-dents (ou avec une grosse aiguille et de la ficelle de boucher) afin d'éviter que la farce ne s'échappe du chapon. S'il reste de la farce, réserver là.

Préchauffer le four à 170°. Dans un bol, faire fondre le beurre, ajouter le gros sel et un peu de poivre. Badigeonner l'extérieur du chapon avec cette préparation.

Déposer le chapon farci dans un grand plat allant au four. Ajouter l'eau et le vin blanc. Enfourner pendant 30 min. Arroser le chapon avec le jus du plat.

Après 1 h de cuisson, baisser la température à 150°c. Arroser toutes les 20 minutes. Ajouter le reste de la farce dans le plat si il vous en reste en mélangeant avec le jus de cuisson.

Après 3 h30 de cuisson (selon le poids de votre volaille) sortez votre chapon du four, laisser reposer 15 min avant de servir.

Poularde en cocotte de ma grand-mère

1 poularde
150 g de beurre
40 cl de vin blanc sec
20 cl de crème fraîche épaisse
3 échalotes
4 gousses d'ail
1 cuillère à soupe de farine
Sel et poivre du moulin
1 bouquet garni (thym, laurier, persil)

Sortir la poularde du réfrigérateur 2 heures avant cuisson

Préchauffer le four à 150°C

Faire fondre le beurre dans une cocotte en fonte

Dorer la poularde sur toutes ses faces pendant 15 minutes

Ajouter les échalotes et l'ail émincés

Verser le vin blanc et ajouter le bouquet garni

Couvrir et enfourner pour 2h15 (selon le poids de votre volaille) de cuisson

Arroser régulièrement avec le jus de cuisson

Incorporer la crème fraîche en fin de cuisson

Lier la sauce avec la farine si nécessaire

Poularde à la peau croquante, navets et potirons glacés

Pour 6 à 8 personnes

- 1 Poularde
- 2 c à s de graines de sésame
- Sel - Poivre
- 12 ou 16 petits navets
- 2 c à s de miel

20gr de gingembre frais râpé
1 c à café de 5 épices en poudre
1, 8 kg de potiron
50 g de beurre

La veille

- La veille, Pelez et râpez le gingembre, travaillez le beurre en pommade avec le gingembre râpé, le 5 épices, le sel et le poivre écrasé au pilon.
- Badigeonnez la poularde avec ce mélange, enveloppez-la dans un film alimentaire et laissez reposer la nuit au réfrigérateur.
- Pelez les légumes, coupez le potiron en gros dés.
- Dans une sauteuse, faites fondre la moitié du beurre. Quand il mousse, ajoutez les navets.
- Versez 1 c à s de miel, couvrez et laissez cuire doucement. Au besoin, versez un peu d'eau en cours de cuisson.
- A mi-cuisson, rajoutez le beurre restant, le miel, le gingembre et les cubes de potiron.
- Laissez cuire jusqu'à ce que les légumes soient tendres et brillants.
- Réservez

Le jour J

- Le lendemain, posez la volaille dans son plat de cuisson, parsemez la peau de grains de sésame et couvrez-la d'un papier d'aluminium.
- Préchauffez le four à 180°C, th 5-6.
- Faites cuire au four.
- Faites griller à sec des grains de sésame. Vingt minutes avant la fin de la cuisson, ôtez la feuille d'aluminium et disposez autour de la volaille les légumes glacés.
- A la sortie du four, découpez la volaille, disposez les morceaux dans un plat de service avec les légumes, arrosez du jus de cuisson et parsemez de grains de sésame grillés.