

45 min 30+ 25 € 2,42€ /portion  
20 min (Purée)

### INGRÉDIENTS

- 24 cuisses de poulet fermier
- 6 poivrons
- 12 oignons
- 700 g de pois sucrés
- 1 boîte 5/1 de ½ pêches St Mamet
- 6 têtes d'ail
- 2 bouquets de thym
- 6 cuillères à soupe de farine
- 1.2 litre de vin blanc
- 10 cl d'huile d'olive
- 100 g de beurre
- 6 kg de pommes de terre
- 1.2 litre de lait de coco
- Sel, poivre
- 6 cuillères à café de mélange 4 épices



## Fricassée de poulet aux pêches & purée maison

### PRÉPARATION

- Coupez vos cuisses de poulet en deux à la jointure entre le haut de cuisse et le pilon.
- Égrenez et émincez le poivron. Épluchez et émincez les oignons. Coupez votre tête d'ail en deux avec la peau. Cuisez les pois sucrés quelques minutes à l'eau bouillante salée.
- Coupez les pêches en 3 moitiés.
- Faites chauffer un grand faitout. Ajoutez l'huile d'olive et le beurre. Dès que le beurre est noisette, ajoutez les morceaux de poulet, assaisonnez (sel, poivre, épices). Laissez colorer de chaque côté.
- Dégraissez, ajoutez les oignons, laissez colorer de nouveau.
- Déglacez avec le vin blanc, laissez réduire. Saupoudrez avec la farine, remuez 1 mn et mouillez à hauteur avec l'eau. Ajoutez le thym et la tête d'ail coupée en 2, couvrez et laissez cuire 20 mn à feu doux.
- Au bout de 20 mn, découvrez, ajoutez le poivron, les pêches et les pois sucrés, continuez la cuisson encore 10 mn.
- Laissez réduire la sauce si nécessaire, rectifiez l'assaisonnement. Gardez au chaud.

### PURÉE :

- Lavez, épluchez et coupez les PDT. Cuisez à la vapeur.
- Passez les « à chaud » au moulin à légumes manuel.
- À la spatule, incorporez progressivement le lait de coco, assaisonnez et maintenez au chaud.
- Dressez le poulet et sa garniture sur la purée. Soyez généreux avec la sauce.

