

Poulet farci et caramélisé au miel



Temps de cuisson:45 minutes



Quantité pour:6 personnes

Ingrédients:

- | | | | |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| ■ gousse d'ail émincée: 2 | ■ gingembre : 1 c. à thé bombée | ■ sel : 1 c. à café | ■ cardamome : 1/4 c. à café |
| ■ poulet de 2 kg : 1 | ■ coriandre : 1 petit bouquet | ■ curcuma : 1 c. à thé | ■ huile : 2 c. à soupe |
| ■ safran : 10 pistils | ■ oignon émincé: 100 g | ■ cannelle : 2 bâtonnets | ■ smen : 1 c. à thé bombée |
| ■ macis : 1/4 c. à café | ■ beurre : 30 g | ■ poivre : 1/2 c. à thé | |

Pour la farce

- noix de muscade : 1/4 c. à café
- raisins secs : 100 g
- sucre glace : 1 c. à soupe
- couscous fin cuit à la vapeur: 150 g
- mastic : 4 pincées
- cannelle : 1 c. à café
- amandes mondées, grillées et concassées : 100 g
- beurre : 30 g

Pour servir

- amandes mondées, grillées et concassées : 100 g

pour caraméliser le poulet

- miel de fleurs d'oranger : 2 c. à soupe

Préparation:

Préparer la farce en mélangeant le couscous avec le sucre, les amandes, les raisins secs émincés, la cannelle, le mastic pilé et la noix de muscade. Travailler le tout avec le beurre. Farcir le poulet avec la farce au couscous et aux amandes. Coudre le poulet avec du fil de cuisine pour éviter à la farce de sortir pendant la cuisson. Dans une marmite sur feu doux, déposer le poulet avec l'oignon, l'ail, l'huile et le beurre. Faire revenir pendant 10mn en retournant le poulet sur tous les cotés. Mouiller avec un grand verre d'eau et ajouter les abattis, le smen, les épices et le bouquet de coriandre. Cuire le poulet à couvert et sur feu moyen en le retournant toutes les 15mn. Lorsque le poulet est cuit, ajouter le miel et baisser le feu. Continuer la cuisson pendant 5 à 10 mn en retournant le poulet, pour lui donner une couleur ambrée et rendre la sauce onctueuse et mielleuse. Disposer le poulet sur un plat de service, déposer tout autour les amandes et le napper de sauce. Servir chaud.

Bon à savoir : si vous aimez les abattis de poulet, rajoutez 150g d'abattis de poulet coupés en morceaux 15mn après l'ébullition.