

Poulet en crouste de sel

Nombre de personnes :

6

Temps de cuisson :

1H30

Ingrédients

- 1 poulet Fermier
- Pour la croûte :
- 800 g de gros sel
- 500 g de farine
- 4 blancs d'oeuf
- 3 branches de thym

Etapes de la recette

Demandez à votre boucher de vider et brider la volaille. Assaisonnez à l'intérieur selon votre souhait.

Pour la croûte de sel : mettez le gros sel, les blancs d'œuf, la farine, le thym égrainé dans un saladier. Mélangez le tout pour obtenir une pâte homogène. Pour la rendre plus homogène vous pouvez ajouter progressivement 2dl d'eau environ. Il s'agit de la rendre plus souple pour l'adapter à la volaille.

Étalez cette pâte sur votre plan de travail ou sur une feuille de papier sulfurisé (1 cm d'épaisseur). Enveloppez le poulet avec cette pâte. Si la pâte adhère trop fortement au plan de travail, séparez la avec une fine spatule.

Mettez à cuire à four chaud 210 degrés (th.7) pendant 1h30.

Eteignez le four et y laissez la poularde le temps (1/4 d'heure maximum) que vos invités soient prêts à recevoir le plat principal.

Le conseil de votre boucher

Vous pouvez garnir votre volaille à votre souhait : 1 bouquet de persil, quelques branches d'estragon, 1 à 2 feuilles de laurier, 2 à 3 gousses d'ail... Des châtaignes précuites peuvent constituer votre accompagnement. Une salade verte à l'huile de noix (un mesclun sera décoratif) s'accorde parfaitement.

Partager sur

FACEBOOK