



POULET RÔTI

LA BONNE CUISSON

INGRÉDIENTS

- 1 beau poulet fermier
- thym
- huile neutre

Vérifier la volaille et éliminer si nécessaire les duvets subsistants.

Possiblement vous pourrez saler et poivrer de l'intérieur et y ajouter quelques branches de thym. Brider le poulet (ficeler pour que les pattes longent le corps).

Conseil : Traditionnellement le poulet rôti est placé dans un four dit « très chaud » ce qui correspond à une température moyenne de 200 à 220°C.

On opte pour une cuisson plus douce afin de limiter dans le temps le dessèchement des chairs et de préserver le goût de la volaille. Un poulet dit "d'élevage industriel" cuira moins longtemps qu'un poulet fermier.

TEMPS DE PRÉPARATION : 10MN
TEMPS DE CUISSON : 1H30MN
TEMPS TOTAL : 1H40MN

PRÉPARATION

Placer le poulet prêt à cuire dans un plat à four de taille adaptée ou une plaque à rôtir.

Badigeonner la peau avec un peu d'huile neutre (arachide, tournesol..) ou beurre fondu.

Placer au four à 170°C pendant environ 1h30 (le temps de cuisson dépend de la qualité de la volaille).

Inutile de retourner ou arroser le poulet en cours de cuisson.

A l'issue de la cuisson piquer entre la cuisse et l'aile et basculer le poulet. Un jus limpide et clair devrait s'y échapper, c'est le signe que la volaille est juste cuite.

Enlever la ficelle de bridage et replacer au four monté à 200°C quelques minutes si vous le préférez bien doré.

Débarrasser le poulet dans un autre plat et le réserver au four tempéré à 70°C juste pour le garder chaud.

Pour réaliser le jus, dégraisser, pincer les sucs sur le feu doux (directement dans la plaque à rôtir ou dans une casserole) .

Déglacer avec 5 dl d'eau. Réduire et passer au chinois.

Dégraissez si nécessaire et réduisez à nouveau pour obtenir un jus corsé.

Le jus est un concentré on en a donc besoin de peu.

Découpez la volaille et servir avec le jus à part.