

Poulet à la « Cacciatora »

Nombre de personnes : 4

Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients :

- BLANC(S) DE POULET	800g
- CAROTTE(S)	4-5
- CELERI	3 branches
- OIGNON(S)	1
- PERSIL	
- AIL EN POUDRE	1 c à café
- COULIS DE TOMATES	500g
- EAU	10 cl
- SEL	
- POIVRE	

Recette :

- Emincez l'oignon.
- Pelez et coupez les carottes en dés. Faites-les cuire 6 minutes sous un film alimentaire au micro-onde.
- Coupez le céleri en petits dés.
- Faites revenir les blancs de volaille dans du beurre chaud sur toutes les faces. Salez et poivrez.
- Ajoutez les oignons et le céleri émincés. Laissez mijoter quelques minutes puis intégrez-y les carottes. Ajoutez un peu d'ail et le persil.
- Arrosez avec le coulis de tomates et l'eau.
- Couvrez et laissez mijoter pendant 20-30 minutes en remuant de temps en temps.
- Retirez le couvercle les 5 dernières minutes en augmentant le feu afin d'épaissir légèrement la sauce.

Remarque :

Servez avec des pâtes au choix et des copeaux de parmesan.

