



BOUILLON DE POULET À L'ANCIENNE

“ La version traditionnelle est plus longue que la nôtre. Elle exige de laisser d'abord cuire la part viandeuse, pour pouvoir écumer la mousse avant d'introduire les légumes et les aromates. Entre novices, nous faisons plus simple.

1. T-60' (ou T-5 heures) Rincez les poireaux et les carottes. Dans une casserole de grande contenance, versez l'eau froide, les ailes de poulet, peau comprise, le bouquet garni, le vin, les légumes, entiers, non pelés. Faites chauffer.

La tête d'ail est entière, non pelée. Vous pourriez même ajouter les racines de poireau, que vous gardez lors du parage d'un blanc de poireau. Dans cette recette-ci, n'utilisez pas le persil ciselé surgelé, même en Cycle nature.

2. Dès le premier bouillon, baissez à feu doux. Laissez infuser à petits bouillons à semi-couvert*, au minimum 2 heures; au maximum 10 heures. Ne poivrez qu'en fin de cuisson, sinon le bouillon prendrait un goût âcre.

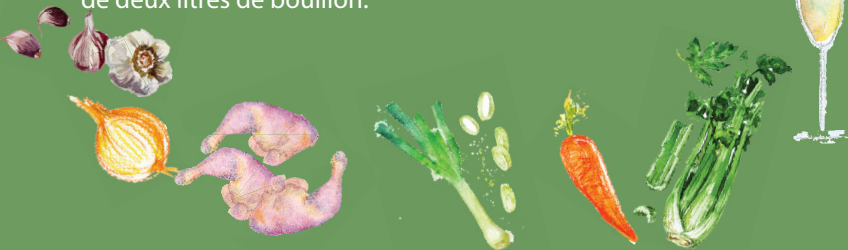
3. T-5'. Filtrez cette infusion de minéraux. Ôtez les légumes et les ailes de volaille à l'écumoire* ou filtrez au travers d'une passoire. Il restera plus de deux litres de bouillon.

INGRÉDIENTS

- 5 litres d'eau
- 8 ailes ou cuisses de poulet
- 1 verre de vin blanc sec de qualité
- 2 carottes moyennes
- vert d'1 poireau ou 1 poireau entier
- 1 tête d'ail
- bouquet garni* (thym, laurier, girofle, tiges de persil)
- 1 oignon

TIMING

prépa : 2 minutes
cuisson : 2 à 10 heures
sans surveillance



Après cuisson du bouillon, gardez la tête d'ail pour en extraire la purée, qui servira de base à une sauce. Le bouillon est une des rares recettes où l'on utilise la tête entière et non les gousses individuelles.

Conservez dans un récipient plastique à couvercle au réfrigérateur jusqu'à dix jours. Au congélateur : trois mois.

On ne peut pas croire que ce soit si simple...

Je verse dans l'eau la même base pour tous les bouillons (de poule, de bœuf, de poisson) : ici ailes de poulet, carottes, oignons et poireaux, thym, tête d'ail, feuille de laurier, clou de girofle, épices sèches, un verre de vin blanc.

Tous les légumes sont déposés tels quels, non parés. Je les taille en deux ou trois.

Je laisse frémir*. Je n'ajouterai le poivre que 10 minutes avant la fin de cuisson. Sur la photo ci-contre, le bouillon après quatre heures de frémissment.

Après l'avoir filtré, il reste l'infusion minérale goûteuse et si ressourçante. Je jette les solides.

