

Poulet et ses petits légumes au four

● **Difficulté** : Facile

● **Préparation** : 15 min / **Cuisson** : 1 h 30

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 beau poulet
- 2 verres de riz
- 1 L de fond de volaille
- 250 g de champignons de Paris
 - 2 carottes
- 1 bonne cuil à soupe d'huile d'olive
 - Sel / Poivre

Préparation :

Préchauffer votre four à 180°C (Th.6)

Placer votre poulet dans un grand plat allant au four.

L'arroser d'huile d'olive, saler, poivrer.

Enfourner pour 1 h 15

Eplucher et couper les carottes en dés ni trop petit, ni trop gros, plongez-les dans une casserole d'eau bouillante légèrement salé pendant 5 à 6 min

Rincer et éplucher vos champignons, les couper en deux ou en 4 selon la grosseur et les arroser de jus de citron, et les faire revenir dans une poêle avec une noisette de beurre pendant 6 min.

Une fois vos champignons et carottes cuitent, verser les carottes et le riz dans la poêle ou ce trouvent les champignons, mélanger le tout délicatement

Préparer votre fond de volailles avec 1 L d'eau et 2 cuil à soupe de fond de volailles.

Au bout de ces 1 h 15 de cuisson, sortir le poulet du four. Verser tout au tour du poulet le riz, les champignons, les carottes, verser le fond de volaille sur le riz.

Remettre au four pour 15 à 20 min le temps que le riz, et les carottes soient cuites.

Vous reste plus qu'à passer à table *Recettes de Caline*

Bon appétit à toutes & tous !!