



## Ragoût de poulet à l'ail des ours

Durée de préparation : env. 30 min.

### Ingrédients pour 4 personnes :

700 g	Ragoût de blanc ou de cuisse de poulet
	Beurre ou crème à rôtir
	Sel
	Poivre blanc
2 dl	Vin blanc
½ Bouquet	Ail des ours frais, haché grossièrement
1,5 dl	Crème entière
1 ½ Cc	Fécule de maïs
	Ail des ours frais pour garnir

### Préparation :

#### 1<sup>ère</sup> étape

Saisir légèrement le poulet, portion par portion, dans le beurre ou de la crème à rôtir, réserver et assaisonner. Remettre le tout dans la poêle, déglacer au vin blanc et ajouter l'ail des ours. Laisser mijoter à couvert pendant 10 min.

#### 2<sup>ème</sup> étape

Mélanger la crème et la fécule de maïs. Ajouter au poulet en remuant et porter à ébullition. Rectifier l'assaisonnement. Garnir avec le restant d'ail des ours frais.

#### Conseil

Servir de préférence avec du riz pilaf, des nouilles larges ou de la purée de pommes de terre.

