Sugo de poule à bouillir avec nouilles al dente

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 30 min
Temps actif: 1 h
Moyenne

Ingrédients

Pour 4 personnes

1 poule à bouillir suisse

2	oignons
500 g	légumes à soupe (carottes, poireau, céleri)
1	sachet d’épices (poivre noir, clous de girofle, baies de genièvre)
3	feuilles de laurier
1 cc	sel
2	gousses d’ail
150 g	carottes
150 g	céleri branche
1 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
1 cc	sucre roux
2 cs	purée de tomates
400 g	tomates pelées hachées
1 dl	vin blanc
1 cc	origan séché
3 dl	bouillon de la poule à bouillir
	sel
	poivre noir du moulin
400 g	tagliatelles
1 bouquet	persil ou basilic
1 cs	beurre

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

713	kcal
48 g	de protéines
67 g	de glucides
25 g	de lipides

Contient du gluten
sans lactose

Neuf poulets d'engraissement suisses sur dix disposent d'un jardin d'hiver.

Cela fait également partie du programme SST (Système de stabulation particulièrement respectueux des animaux).

Préparation

Viande Suisse

Mon choix.

1 Rincer la poule à bouillir à l'eau froide. Couper un oignon non pelé en deux. Laver les légumes à soupe et les couper en gros morceaux. Mettre la poule à bouillir dans une grande casserole ou une cocotte-minute et ajouter l'oignon, les légumes, le sachet d'épices, les feuilles de laurier et le sel, recouvrir d'eau à hauteur et porter à ébullition. Cuire la poule à bouillir jusqu'à tendreté, env. 3 heures dans la casserole ou env. 70 minutes dans la cocotte-minute.

2 Éplucher et hacher l'ail et le deuxième oignon. Éplucher les carottes, effiler le céleri branche et les couper en petits dés.

3 Chauffer l'huile dans une poêle et y faire revenir l'ail, l'oignon, les carottes et le céleri branche. Ajouter le sucre et faire revenir rapidement. Ajouter la purée de tomates et poursuivre la cuisson quelques instants. Ajouter les tomates pelées, le vin blanc et l'origan, couvrir et laisser mijoter 20 minutes à feu doux.

4 Retirer la poule à bouillir de la casserole, passer le bouillon (voir conseil). Retirer la peau, détacher la chair des os et la hacher moyennement finement. Ajouter la viande et le bouillon à la sauce tomate, saler et poivrer. Laisser mijoter encore env. 10 minutes.

5 Cuire les pâtes al dente dans un grand volume d'eau salée. Entre-temps, hacher grossièrement le persil ou le basilic et l'ajouter au sugo. Égoutter les tagliatelles et les tourner dans le beurre. Servir les pâtes avec le sugo de poule à bouillir.