



- LA RECETTE D'HELENE TANNER -



# COQ AU VIN BLANC



## Marche à suivre

La veille, enlever la peau du poulet et débiter la viande en morceaux réguliers. Ensuite, mettre celle-ci dans un plat, ajouter deux oignons émincés, trois feuilles de laurier, des herbes de Provence et le vin blanc. Les morceaux de poulet doivent être recouverts par le vin. Laisser le tout macérer durant la nuit.

Le moment venu, faire revenir dans un peu d'huile chaque morceau de poulet et les oignons dans une cocotte, à feu assez vif (environ 15 minutes). Assaisonner en sel et poivre selon votre goût.

Retirer la viande dans un plat, cuire le vin quelques minutes dans la cocotte en y ajoutant une cuillère de maïzena pour lier. Ensuite, remettre le poulet dans la cocotte et laisser cuire à feu doux durant 20 minutes.

Retirer à nouveau la viande dans un plat et laisser cuire la sauce à feu doux durant une heure supplémentaire. Avant de servir, remettre la viande dans la cocotte pour réchauffer et mélanger le tout.

Servir avec comme accompagnement des pâtes ou du riz.



## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- Un poulet (suisse de préférence) d'environ 1,3 kg
- Deux oignons émincés
- Trois feuilles de laurier, herbes de Provence, sel, poivre
- 5 à 6 dl de vin blanc (un Riesling si possible, ou alors un suisse de qualité)
- Des pâtes ou du riz

## La suggestion d'accompagnement :

**MAISON LES ALEXANDRINS**  
**ST-JOSEPH**  
FRANCE

100% Syrah

Un Croze-Hermitage Rouge d'une grande élégance, parfait équilibre entre la gourmandise des fruits rouges et la puissance des tannins ronds et veloutés. A déguster dès à présent et pendant les 5 prochaines années!



A découvrir chez:

**Paratte vins**  
Sarl



Grand-Rue 15  
2720 Tramelan  
032 487 43 22 / info@parattevins.ch