

+ riz ou nouilles

Poulet basquaise



➤ 20 minutes de préparation

➤ 35 minutes de cuisson

Par
personne

➤ Pour 6 personnes

6 cuisses de poulet

4 oignons

3 gousses d'ail

4 poivrons verts

haricots

2 tranches de jambon de Bayonne dégraissé
(30 g chacune)

1 grande boîte de tomates pelées au jus

1 boîte de cœurs d'artichauts

4 cc d'huile d'olive

1 cc de paprika

10 cl de vin blanc sec

1 bouquet garni

1 Salez et poivrez les morceaux de poulet. Pelez et émincez les oignons et les gousses d'ail. Grillez les poivrons à l'aide d'un chalumeau, retirez la peau, détaillez en lanières. Coupez le jambon en lanières. Égouttez les tomates et les cœurs d'artichauts.

2 Faites chauffer 2 cuillerées à café d'huile dans une cocotte, faites-y colorer les morceaux de poulet de tous côtés pendant 3 minutes, saupoudrez de paprika. Réservez dans un plat.

3 Versez le reste d'huile dans la cocotte, faites-y blondir les oignons 2 minutes. Mouillez avec le vin blanc. Ajoutez l'ail, les poivrons, les tomates pelées, les cœurs d'artichauts et le bouquet garni. Laissez mijoter 5 minutes, tout en remuant. Remettez les morceaux de poulet, couvrez et poursuivez la cuisson 25 minutes à couvert.

4 Rectifiez l'assaisonnement. Retirez le bouquet garni et dégustez après avoir retiré la peau de la volaille.