



La Ferme du Moulin

VOLAILLES ET PRODUITS FERMERS



POULARDE RÔTIE AUX FRUITS D'HIVER

• DIFFICULTE •



• INGREDIENTS •

- ✓ 1 poularde de 2 kg
- ✓ 400 g d'un mélange riz blanc et riz sauvage
- ✓ 1 citron
- ✓ 1 orange
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 branche de céleri
- ✓ 2 feuilles de laurier
- ✓ 1 cuillère à café d'épices en poudre (muscade, girofle, cannelle et poivre)
- ✓ 12 pruneaux
- ✓ 50 g de raisins secs
- ✓ 6 abricots secs
- ✓ 50 g d'amandes entières
- ✓ 50 g d'amandes effilées
- ✓ 100 g de beurre
- ✓ Sel

• PREPARATION •

1. Faire tremper les pruneaux, les abricots et les raisins dans de l'eau froide.
2. Préchauffer le four (thermostat 6/180°C).
3. Laver l'orange et le citron. Prélever leur zeste puis les hâcher grossièrement. Les presser et mélanger leurs jus. Réserver.
4. Mélanger dans une terrine le zeste de l'orange et du citron, le céleri branche et l'oignon émincé, le mélange d'épices et les feuilles de laurier.
5. Farcir la poularde avec cette préparation, la brider, puis la saler, la poser dans un plat, la badigeonner avec la moitié du beurre et la glisser au four.
6. Laisser cuire doucement 1 h 45 en arrosant souvent avec le jus de cuisson.
7. Faire cuire le riz dans 1l d'eau bouillante salée, 20 minutes environ, jusqu'à ce qu'il ait absorbé toute son eau.
8. L'aérer délicatement avec une fourchette puis l'arroser avec le reste du beurre.
9. Egoutter les fruits secs, les répartir autour de la poularde avec le jus des agrumes 10 minutes avant la fin de la cuisson.
10. Envelopper la poularde dans du papier aluminium et la laisser reposer 10 minutes au four éteint.

