

Recettes de cuisine

de Mamie Vera

Préparation

Pour 6 personnes
Préparation 20 minutes
Cuisson 1 heure

Dans une sauteuse, faire dorer dans l'huile d'olive, les morceaux de poulet salés et poivrés.
Réservez.
Lavez les tomates, ébouillantez-les pour les peler plus facilement, coupez les en quatre, épépinez-les.
Lavez les poivrons, retirez les pédoncules, coupez-les en deux, retirez les graines et la partie blanche et coupez-les en fines lamelles.
Pelez et émincez les oignons et l'ail.
Faites chauffer 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive dans une cocotte, faire revenir les oignons.
Ajoutez les tomates, les poivrons, l'ail, le piment d'Espelette (attention à la quantité), salez.
Couvrir et laisser mijoter 20 minutes.
Ajoutez le vin blanc, le bouquet garni et les morceaux de poulet.
Laisser cuire à feu doux environ 40 minutes.

Commentaires

On recommande souvent de peler les poivrons, car la peau est indigeste, et pour éviter de retrouver des peaux de poivrons.
Il existe l'éplucheur dentelé Oxo ou Mastrad qui permet d'éplucher légumes et fruits à peau fine (pêches, tomates aubergines, poivrons), moi je possède l'Oxo, ou utiliser tout simplement le couteau économe.
Vous pouvez aussi faire griller les poivrons entiers, et quand la peau se soulève, les mettre dans un sachet plastique et laisser refroidir, pour enlever facilement la peau.
Ce procédé est beaucoup plus long, j'en ai fait l'expérience.
Je prépare cette recette la veille c'est encore meilleur.

Ajouter un commentaire



POULET BASQUAISE



Ingrédients

1 poulet fermier
coupé en 6 morceaux
1 kg de tomates
700 g de poivrons
(vert et rouge)
3 oignons émincés
3 gousses d'ail
25 cl de vin blanc
1 bouquet garni
sel/poivre
piment d'Espelette
huile d'olive

