

RECETTE DU POULET PAYS CATHARE AU MUSCAT DE GRUISSAN

Ingrédients pour 6 personnes

- 1 gros poulet ou 2 petits
- 1 litre de muscat de Gruissan
- 2 oignons de Citou
- 500 g. de carottes
- 25 cl de coulis de tomate
- Farine, sel et poivre
- Huile d'olive

Couper le poulet en morceaux

Faire bien revenir la viande dans de l'huile d'olives. Singer les morceaux

Ajouter les oignons émincés et les carottes coupées en rondelles et les faire bien dorer

Verser le coulis de tomate et laisser un peu réduire

Saupoudrer d'une bonne cuillère à soupe de farine et bien mélanger pour la faire fondre

Ajouter le muscat tout doucement en remuant au début pour bien diluer la farine.

Ajouter de l'eau pour finir de couvrir la viande

Ajouter sel et poivre, couvrir

Amener à ébullition

Faire mijoter 2 heures minimum

Servir avec des pommes de terre du Pays de Sault en robe des champs ou pelées partagées (que l'on fera rissoler dans la graisse de canards) et du riz de l'étang de Marseillette.