

safran oct8bre occitan

POULET AU SAFRAN

4/6 PERSONNES

Ingédients

1 poulet
1kg d'oignon
3 gousses d'ail
½ citron
10 cl d'huile
40 g de confit de safran
100 g pruneaux dénoyautés
0.1 g de safran
sel, poivre

Méthode

La veille, faire infuser 0.1 g de safran dans 30 ml d'eau chaude.

Faire revenir le poulet coupé en morceaux avec 5 cl d'huile.

Faire blondir les oignons émincés avec 5 cl d'huile, ajouter 40 g de confit de safran et laisser caraméliser légèrement.

Mettre les oignons dans une cocotte avec le poulet, 3 gousses d'ail écrasées, le jus d'un demi citron, saler, poivrer, verser de l'eau à mi hauteur, laisser mijoter pendant 40 mn
Avant de servir, introduire l'infusion de safran.