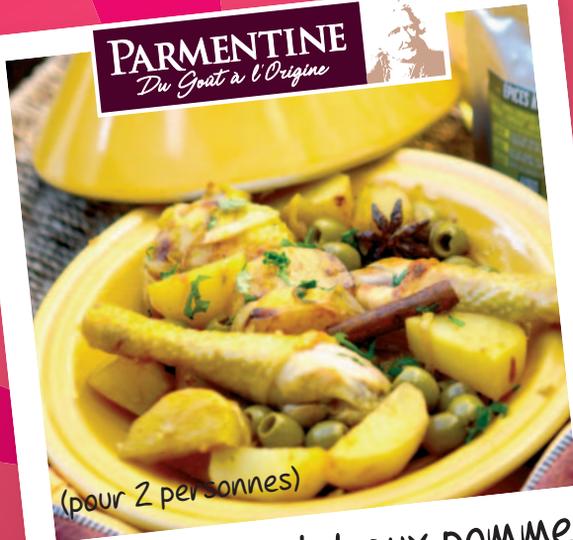


PARMENTINE
Du Goût à l'Origine



(pour 2 personnes)

Tajine de poulet aux pommes de terre et olives vertes

Recette

- Découpez les cuisses en séparant pilon et avant-cuisse.
- Faites-les rissoler dans une cuillère d'huile d'olive, réservez.
- Épluchez puis coupez en quartier les pommes de terre, puis faites-les rissoler quelques minutes dans une cuillère d'huile d'olive.
- Mettez les pommes de terre de côté.
- Faites revenir les oignons émincés dans une cuillère à soupe d'huile d'olive.
- Lorsque les oignons sont bien dorés, ajoutez le poulet, et les pommes de terre.
- Saupoudrer du mélange Epices à Tajine (1 cuillère à café).
- Bien mélangez.
- Ajoutez les autres épices (entières).
- Ajoutez un petit verre de bouillon BOUILLANT, mélangez.
- Couvrez et laissez cuire 10 minutes environ.
- Ajoutez les olives et le citron confit coupé en rondelle, laissez cuire 5 minutes.
- Ajoutez le persil haché au moment de servir.

L'idéal est d'utiliser un plat traditionnel à tajine (cuisson au four), mais cette recette est conçue pour être réalisée dans une sauteuse AVEC COUVERCLE.



Ingrédients

- 2 cuisses entières de poulet
- 4 pommes de terre "Vapeur Gratin"
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 125 g d'olives vertes (avec ou sans noyau selon votre préférence)
- 1 citron confit
- 1 petit verre de bouillon (1 cube fondu dans un verre d'eau chaude)
- 1 mélange Epices à Tajine + 2 étoiles de badiane, une cannelle en tube
- 1 branche de persil



le + du chef

Le plat à tajine, décoratif comme sur notre photo, peut être utilisé simplement pour le service.

Retrouvez toutes nos recettes sur www.parmentine.fr