



Poule noir d'Astarac-Bigorre

farce gingembre-citron vert, purée de patate douce, maïs et vinaigrette au sésame

INGREDIENTS (6 PERS)

- 1 poule de 2.5 kg avec abats
 - 3 carottes
 - 2 navets
 - 2 poireaux
 - 2 oignons
 - 1 bouquet garni
 - Sel, poivre
 - Le zeste et le jus d'un citron vert
 - 20 g de gingembre haché
- Pour la purée :
- 1.5 kg de patate douce
 - 38 cl de crème liquide
 - 20 g de beurre
 - Sel, poivre
- Pour la vinaigrette :
- 25 g de vinaigre de riz
 - 130 g d'huile de pépin de raisin
 - 35 g d'huile de sésame
 - 25 g de sauce soja
 - 3 maïs
- Pour la farce :
- 150 g de pain rassis
 - 15 cl de lait
 - 300 g de chair à saucisse
 - Le foie de la poule
 - 3 échalotes hachées
 - 3 Cuil. à soupe de persil ciselé
 - 2 œufs



RECETTE DU CHEF
FABIEN ARMENGAUD



PRÉPARATION

Epluchez, nettoyez et lavez les légumes.

Mettez à bouillir dans une grande marmite 4 litres d'eau légèrement salée. A ébullition ajoutez les légumes et le bouquet garni, laissez cuire doucement à couvert 30 minutes.

Dans un bol, brisez en petit morceaux le pain, arrosez-le avec le lait et laissez imbiber. Réunissez dans un récipient le foie de la poule haché, la chair à saucisse, les œufs, la mie de pain pressée les échalotes, le persil, le citron et le gingembre, Assaisonnez et mélangez. Glissez cette farce à l'intérieur de la poule, cousez-les ouvertures et bridez-la. Plongez la poule dans le bouillon en ébullition et laissez cuire à petit feu environ 2 heures.

Réaliser la purée, épluchez les patates douces et coupez-les en petits cubes. Faire bouillir de l'eau, et mettez-les à cuire pendant 10 mns. Egouttez les patates douces puis passez-les au mixeur avec la crème, le beurre, du sel et du poivre. Pour les maïs, coupez-les en deux et passez-les au four une dizaine de minutes avec un peu d'huile d'olive, sel et poivre.

Pour la vinaigrette, bien mélanger le vinaigre de riz avec la sauce soja, ajoutez ensuite l'huile de sésame puis l'huile de pépins de raisin, bien mélanger pour une parfaite homogénéité. Pour le dressage, faire des quenelles de purée, ajouter deux morceaux de maïs, un morceau de poule et de farce et pour finir arroser de vinaigrette, vous pouvez aussi parsemer un peu de graines de sésame.

Les tables du gers



La Falène Bleue
Place de la Mairie
32190 LANNEPAX
Tél.: 05 62 65 76 92