

## Progression

Trier, éplucher, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes. Émincer les poireaux et le céleri branche, piquer les oignons de clous de girofle, ciseler la ciboulette, réserver.

Concasser les cous et les ailerons des poulets en menus morceaux.

# Poulet fermier Label Rouge au citron

Suer dans la matière grasse frémissante les poireaux et le céleri branche émincés avec les abatis de poulet. Mouiller de la quantité d'eau nécessaire. Ajouter les oignons, les carottes et le bouquet garni. Porter à ébullition, cuire 30 minutes. Incorporer les poulets, assaisonner, cuire à couvert 40 minutes environ. Débarrasser les poulets, détailler en morceaux, réserver au chaud (+ 63°C).

Confectionner un roux blanc, mouiller du bouillon de cuisson filtré. Porter à ébullition, cuire 10 à 12 minutes. Ajouter le jus de citron, la cannelle et les morceaux de poulet. Mijoter 4 à 5 minutes, rectifier l'assaisonnement. Réserver au chaud (+ 63°C) jusqu'au moment du service.

Dresser, parsemer de ciboulette ciselée au départ.



## Ingrédients pour 100 adultes

INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	UG
Poulet fermier PAC Label Rouge frais	24,000	KG
Poireau frais	0,800	KG
Céleri branche frais	0,450	KG
Eau pour mémoire	7,000	LT
Oignon jaune moyen	0,800	KG
Clou de girofle	0,008	KG
Carottes fraîches sac	1,000	KG
Bouquet garni	2,000	UN
Beurre doux	0,300	KG
Farine ménagère T 55	0,300	KG
Jus de citron concentré	0,300	LT
Cannelle moulue	0,010	KG
Sel fin	0,080	KG
Poivre gris/noir moulu	0,010	KG
Ciboulette botte	2,000	UN

COÛT PAR PORTION DE 240 G 1,15 €

APPORT CALORIQUE 340 KCAL

RAPPORT PROTIDE/LIPIDE 4,43

