

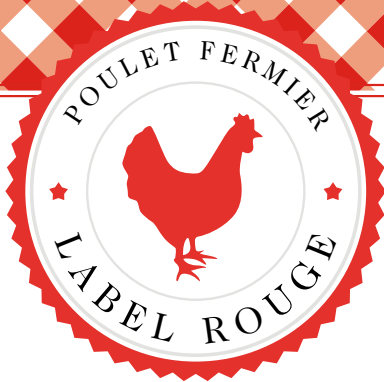
*Le poulet fermier
Label Rouge*



du dimanche

*UN PLAISIR INCONTOURNABLE
À SAVOURER EN FAMILLE*





Vive le bon poulet du dimanche !

Le poulet rôti, c'est **le grand classique**
de nos tables françaises.

Plat **familial** et **convivial** par excellence, il est associé aux bons moments,
partagé sans façons, il est servi avec **générosité** et **gourmandise**.

Un régal qui évoque les parfums, les goûts et les souvenirs de l'enfance.

Une sorte de madeleine de Proust des déjeuners en famille.

Aussi délicieux qu'incontournable, il sait plaire à tous les palais,

séduit et rassemble toutes les générations.

C'est la **valeur sûre** de la convivialité.

Mais attention ! Consommateurs exigeants,
veillons à ne pas choisir n'importe quelle volaille !

**Le poulet du dimanche, on lui dit oui,
mais seulement s'il est**



A chacun son morceau

Morceau fétiche, le **blanc** est si esthétique. A consommer tel quel pour les tailles minces ou, au contraire, bien arrosé de sauce pour un savoureux contraste.

La **cuisse**, appétissante et généreuse, on rêve d'y mordre à belles dents.

Le **haut de cuisse** pour un record de moelleux et de goût.

Et bien d'autres morceaux que se réservent avec appétit les vrais amateurs. Car c'est un jeu de détacher les fameux **sot-l'y-laisse**, de croquer un morceau de peau bien croustillante, de grignoter les petits os et même... le croupion !

Rituels gourmands

Décomplexés, à table on s'amuse à...

casser « l'os à souhaits » pour faire un vœu, **creuser un mini-volcan dans la purée** pour y mettre la sauce, en garder un peu pour relever la salade et même finir son assiette en saçant avec un bout de pain (si, si, pour les bonnes choses c'est permis !)

Rares sont les plats qui suscitent autant de gestes ludiques, de partage et de convivialité. Avec le **poulet fermier Label Rouge du dimanche**, prenons un réel plaisir à renouer avec tous ces rituels gourmands.

Spécial beaux jours

Bientôt les repas au jardin et les pique-niques. On n'oublie pas que le poulet fermier Label Rouge peut se rôti à l'avance. On le sert tiède ou froid accompagné de grandes salades. Simple et délicieux.



Le Label Rouge, un gage de qualité supérieure

Soyons intransigeants sur la qualité, **exigeons le Label Rouge**

- c'est le seul signe officiel qui garantit la qualité supérieure
- il garantit un mode d'élevage fermier en plein air ou en liberté
- il s'accompagne d'une indication géographique protégée (IGP) qui certifie l'origine des volailles de nos régions françaises. Votre poulet Label Rouge pourra être jaune, noir ou blanc selon sa région de production et vous en apprécierez la nuance de goût.



Le poulet fermier Label Rouge c'est le plaisir d'un produit de qualité, d'un goût authentique, d'une découpe franche, d'une chair qui « se tient », à la fois moelleuse, fine et savoureuse.

Tout savoir sur des poulets bien élevés

C'est si important de savoir ce que l'on met dans son assiette ! Découvrez les conditions très exigeantes d'élevage propres aux poulets fermiers Label Rouge. Vidéos, informations et tableaux comparatifs à consulter sur le nouveau site dédié : www.volaillelabelrouge.com



De vrais atouts-santé

Par ces temps hasardeux, qui n'est pas soucieux du bien-être alimentaire des siens et particulièrement des enfants ? De ce côté aussi, le poulet fermier Label Rouge a tout bon.

Voici une viande saine qui présente de remarquables qualités nutritionnelles :

- **nourissante** car riche en protéines de qualité
- avec un apport important en **vitamines** et **oligo-éléments** et un bon équilibre en acides gras
- particulièrement **digeste**

Elle peut être proposée en toute sécurité, même aux tout-petits et aux bébés. En somme, une excellente source de bonnes protéines pour toute la famille.



Le poulet fermier Label Rouge
fait recette(s)

Autre avantage des poulets fermiers Label Rouge, on peut les décliner en une multitude de recettes. Entiers ou en découpes, les occasions de régaler famille et amis sont quasiment infinies.

Vite, renouvelons notre inspiration culinaire avec ces 3 propositions savoureuses, très faciles et économiques à réaliser...

Une recette
savoureuse et
très abordable,
inspirée de
l'Asie.

CUISSES

de poulet **Label Rouge** *au sésame* et sauce soja

POUR 6 PERSONNES

Préparation : 10 min - Marinade : 4h - Cuisson : 40 min



- 6 cuisses de poulet Fermier Label Rouge • 4 cuillères à soupe d'huile de sésame • 2 cuillères à soupe de sauce soja • 1/2 cuillère à café de piment d'Espelette • 2 bâtons de citronnelle (ou 1 citron bio coupé en dés avec sa peau) • 3 cuillères à soupe de graines de sésame

1. Mélangez l'huile, la sauce soja, le piment et la citronnelle hachée. Enrobez abondamment les cuisses de poulet de ce mélange et laissez mariner au frais pendant au moins 4 heures.

2. Préchauffez le four à 210°C (th. 8). Disposez les morceaux de poulet dans un plat, versez dessus la marinade et enfournez.

3. Après 10 minutes, baissez le four à 180°C (th. 6). Arrosez régulièrement avec le jus de cuisson, au besoin ajoutez un peu d'eau.

4. Pendant ce temps, faites blondir rapidement les graines de sésame dans une poêle à sec.

5. Au moment de servir, déglacez la sauce avec 1/2 verre d'eau bouillante et passez-la. Versez sur les cuisses de poulet et parsemez avec les graines de sésame grillées.

6. Servez avec un riz basmati ou un légume, par exemple des fenouils braisés.



Les cuisses proposées
en découpes sont très
pratiques à cuisiner.





Une préparation originale et très facile aux accents ensoleillés.

FRICASSÉE

de poulet **Label Rouge** *aux amandes* et tomates confites

POUR 6 PERSONNES

Préparation : 10 min - Cuisson : 40 min



- 6 hauts de cuisses de poulet Fermier Label Rouge • 2 branches de thym
- 2 cuillères d'huile d'olive • 20 amandes émondées nature • 2 gousses d'ail en chemise • 10 olives vertes ou noires • 1 petit citron confit (ou 1 citron bio) • 1 bouillon cube • 150 g de tomates confites à l'huile

1. Dans une sauteuse chauffez l'huile avec le thym et faites revenir les morceaux de poulet jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

2. Ajoutez les amandes, l'ail, les olives et le citron coupé en quartiers avec sa peau.

3. Diluez le bouillon dans 2 verres d'eau très chaude et versez-le aussitôt. Ajoutez une pointe de sel (très peu, le citron confit, les olives et le bouillon sont déjà salés) et quelques tours de moulin à poivre. Couvrez et poursuivez la cuisson à feu moyen.

4. Après 20 minutes, ajoutez les tomates égouttées. Lorsque les morceaux de poulet sont cuits, rectifiez l'assaisonnement de la sauce.

5. Servez bien chaud accompagné d'une polenta crémeuse au parmesan.

Stoppez la cuisson dès qu'une pointe de couteau traverse aisément les morceaux de volaille.



Une recette à décliner selon vos envies avec différents aromates.



Toutes les astuces
pour rendre le poulet
rôti du dimanche
encore plus goûteux
et moelleux.

Poulet Label Rouge RÔTI et pommes Pont-Neuf

POUR 4/6 PERSONNES

Préparation : 10 min - Cuisson : 1h20



- 1 poulet Fermier Label Rouge de 1,5 kg • 4 branches de thym
- 4 gousses d'ail en chemise • 1 oignon • 1 gros citron non traité
- 1 cuillère à soupe de sucre cassonade • 1 cuillère à café de paprika
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1. Préchauffez le four à 210°C (th. 8) Dans un plat à four, déposez le poulet, placez à l'intérieur du coffre le thym, l'ail, l'oignon coupé en 4 et le citron coupé en dés. Ces aromates parfumeront la chair et maintiendront tout son moelleux pendant la cuisson.

2. Mélangez la cassonade et le paprika dans l'huile puis enduisez-en la volaille ce qui va rendre la peau encore plus goûteuse et croustillante. Salez poivrez.

3. Enfourez pendant 15 min puis baissez à 180°C (th.6). Arrosez régulièrement avec le jus de cuisson en ajoutant 2 ou 3 cuillerées d'eau si nécessaire.

4. Sortez le poulet du four et laissez-le reposer 10 min sous une double feuille d'aluminium, ce qui va détendre les chairs, avant de le découper. Déglacez le plat avec 1/2 verre d'eau chaude en grattant bien les sucs.

5. Accompagnez de pommes Pont-Neuf et d'une salade verte.



Vérifiez que votre poulet est cuit en détachant légèrement une cuisse le long de la carcasse à l'aide d'une cuillère.



Comment le reconnaître ?

L'étiquetage des Poulets Fermiers Label Rouge est une véritable garantie. On y trouve :

- Le logo Label Rouge
- Le numéro individuel d'identification, qui permet de retracer la vie du poulet
- La durée d'élevage (81 jours minimum)
- La date limite de conservation
- La région d'origine
- L'abattoir



Synalaf
Syndicat National
des Labels Avicoles de France



Service de presse des Volailles Fermières Label Rouge - Agence Vianova
Véronique Delfau - 01 53 32 28 33 - veronique.delfau@vianova-rp.com
Déborah Jaoui - 01 53 32 28 46 - jaoui@vianova-rp.com