

Poulet à la crème, épinards et purée

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

1 poulet (entier)
50 grammes de beurre
sel et poivre
1 oignon (en fines rondelles)
4 gousses d'ail (en fines tranches)
1 verre de vin blanc
2 décilitres de crème
1 paquet d'épinards surgelés (nature, décongelés)
25 grammes de parmesan (râpé)
1 kilogramme de pommes de terre (farineuses)
1⁄2 l lait
noix de muscade

Méthode de préparation

1. **Prélevez les cuisses et les blancs du poulet. Emballez la carcasse dans du film alimentaire et réservez-la au réfrigérateur. Nous en ferons un bouillon pour la soupe-repas de mardi.**

2. **Laissez fondre la moitié du beurre dans une sauteuse. Faites-y joliment dorer les morceaux de poulet. Salez et poivrez bien le tout. Laissez cuire les blancs de poulet 5 minutes de chaque côté et retirez-les de la sauteuse. Laissez cuire les cuisses 5 minutes de plus de chaque côté. Retirez les cuisses de la sauteuse.**

3. **Dans la même sauteuse, faites suer l'oignon et l'ail. Déglacez avec le vin. Portez brièvement à ébullition. Ajoutez la crème et portez à ébullition.**

4. **Remettez les morceaux de poulet dans la sauteuse et laissez-les mijoter quelques minutes dans la sauce à la crème.**

5. **Ajoutez les épinards et le parmesan et mélangez bien. Réchauffez bien le tout.**

6. **Entre-temps, laissez cuire les pommes de terre épluchées dans de l’eau légèrement salée. Égouttez-les et laissez la vapeur s’évaporer. Arrosez les pommes de terre avec le lait et ajoutez le reste du beurre. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade. Réduisez les pommes de terre en purée.**

7. **Accompagnez le poulet à la crème de purée.**