

## POULET FERMIER AUX ÉPICES DUKKAH

Découvrez nos accords mets vins et toutes nos recettes.  
Visitez notre boutique en ligne :  
[www.planete-bordeaux.fr](http://www.planete-bordeaux.fr)

### PRATIQUE

Temps de préparation : 10 min.  
Temps de cuisson : 15 min.

### INGRÉDIENTS

*pour 2 personnes*

- 2 filets de poulet fermier
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à café d'épices dukkah
- 25 g de sauce tomate
- 45 g d'eau
- 2 cuillères à soupe d'huile de colza
- Le jus d'une clémentine
- Sel
- Poivre

Cette recette a été réalisée par Gaëlle, du blog  
[Mon Bonheur Gourmand.](#)





## RÉALISATION

- 1** Épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Prélevez le jus de la clémentine.
- 2** Dans une poêle, faites chauffer l'huile et faites-y revenir l'oignon, l'ail et le dukkah, en remuant pendant une minute.
- 3** Ajoutez les filets de poulet puis faites-les dorer de chaque côté. Versez le jus de clémentines et remuez. Salez et poivrez à convenance.

- 4** Versez la sauce tomate et l'eau, puis mélangez. Laissez cuire 10 minutes en surveillant la cuisson. Rajoutez un peu d'eau si nécessaire.

### Le mot de Gaëlle, du blog Mon Bonheur Gourmand

*“ Accompagnez ce poulet fermier aux épices dukkah avec de la semoule ou du riz basmati. Ajoutez un jus de clémentines frais au moment de servir, il n'en sera que meilleur ! Vous pouvez incorporer des légumes lors de la cuisson, telles que des aubergines, des carottes ou des poivrons. ”*

### Le mot de Philippe notre caviste

*“ La cuvée Rayon d'Or du Château La Peyre (AOC Bordeaux Supérieur blanc) est un vin très fruité, gras, avec des arômes de miel, de fruits exotiques et de fruits à peau blanche. Ses caractéristiques mettent en exergue les épices dukkah. ”*

Février 2020 © Gaëlle Sacarabany

## CHÂTEAU LA PEYRE CUVÉE « RAYON D'OR »

### CONTACT

SCEA Lapeyre & Fils à St Hilaire du Bois

**ROBE** Robe or brillante.

**NEZ** Vin très fruité, notes de poire, de pêche, de miel et d'ananas.

**BOUCHE** Beau liqueux (140 g) sur une finale très équilibrée grâce au sous sol calcaire qui apporte de la minéralité et de la fraîcheur et qui vient équilibrer la sucrosité.

