DE NOTRE CUISINE À LA VÔTRE !

Image : Kilted Chef

# FRICOT DE POULET ACADIEN

BIEN QUE LA MÉTHODE DE PRÉPARATION VARIE D'UNE RÉGION À L'AUTRE, ELLE VARIE AUSSI D'UNE FAMILLE À L'AUTRE AU SEIN D'UNE MÊME RÉGION, SELON LA RECETTE QUI A ÉTÉ TRANSMISE DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION. LE FRICOT EST LARGEMENT RECONNU COMME UN PLAT TYPIQUEMENT ACADIEN !

## INGRÉDIENTS

- Un poulet entier de 5 lb (2,25 kg) (avec os et peau)
- 10 tasses (2,5 L) d'eau
- 5 tasses de pommes de terre, pelées et coupées en dés
- 1 oignon moyen, haché finement
- 3 carottes, pelées et coupées en dés
- 2 c. à thé (10 ml) de bouillon de poulet
- 1 c. à thé (5 ml) de poivre fraîchement moulu
- 1 c. à thé (5 ml) de sarriette d'été
- Boulettes de pâte (facultatif)

**DONNE 12 BOULETTES DE PÂTE**

- 1 ½ tasse (375 ml) de farine tout usage
- 2 ¼ c. à thé (11 ml) de poudre à pâte
- ½ c. à thé (2 ml) de sel
- ¾ tasse d'eau ou bouillon

## RECETTE – FRICOT

Dans une grande casserole, faire bouillir le poulet dans 10 tasses (2,5 L) d'eau jusqu'à ce que la viande soit tendre, environ 60 minutes. Retirer le poulet, égoutter et réserver le bouillon. Refroidir le poulet et enlever la peau et la viande des os. Couper grossièrement la viande et réserver.

Remettre le bouillon dans la casserole et ajouter oignon haché, les carottes, le poivre fraîchement moulu et la sarriette d'été. Apporter à ébullition. Faire bouillir 5 minutes. Ajouter les boulettes de pâtes. Apporter à ébullition. Ajouter les pommes de terre. Ajouter de l'eau pour couvrir si nécessaire. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Verser le fricot à la cuillère dans des bols et servir avec des petits pains.

## RECETTE – BOULETTES DE PÂTES POUR FRICOT

Dans un grand bol, mélanger la farine et le sel. Incorporer graduellement de l'eau au mélange de farine à l'aide d'une fourchette. À l'aide de deux cuillères, déposer les pâtes dans le fricot ; couvrir la casserole et cuire pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit bien cuite. Il y a autant de façons de former les boulettes de pâtes qu'il y a de façons de faire du fricot !

## TRUCS ET ASTUCES

- **Mettre sariette dans baluchon.**
- **Pour remplacer sarriette, utiliser ½ c. à thé de thym et ½ c. à thé de sauge.**

## ACCORD PARFAIT

**Sauvignon blanc**