

Poulet basquaise

- un poulet 1,300kg environ coupé en morceaux
- 2ou 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- 500gr de poivrons rouge-vert
- 2 carottes
- 5 tomates
- 1 bouquet garni
- 1 verre de vin blanc (facultatif)



Emincez les oignons, pressez les gousses d'ail, coupez les poivrons en lanières, coupez les carottes très finement, pelez les tomates et coupez-les en morceaux

Dans une cocotte faites revenir les oignons, l'ail dans de l'huile d'olives, ajoutez les lanières de poivrons puis les carottes, quand tout est bien revenu, ajoutez les tomates salez, poivrez, ajoutez le bouquet garni, couvrez et laissez mijoter 20' environ.

Allumez le four chaleur tournante à 190°.

Disposez les légumes dans un plat allant au four.

Faites revenir dans la cocotte les morceaux de poulet, quand ils sont bien dorés, les mettre sur les légumes dans le plat, ajoutez le vin blanc, enfournez pour 45', retournez les morceaux de poulet à mi-cuisson

Servir avec du riz ou des pâtes fraîches