



Crapaudine de poulet au beurre d'herbes

Ingrédients :

- ◆ 1 poulet
- ◆ 100g de beurre
- ◆ 2 cuillères de persil frais, d'estragon, de cerfeuil
- ◆ 1 cuillère de moutarde
- ◆ 1 gousse d'ail pilée

Préparation :

Couper votre poulet le long de la colonne vertébrale que vous retirer .

Poser votre poulet à plat et avec votre main presser sur le sternum pour l'aplatir.
(à demander au boucher qui le fera volontiers)

Travailler votre beurre pour qu'il soit mou, y incorporer vos herbes la moutarde et l'ail

Détacher la peau du poulet en glissant vos doigts entre la peau et la chair jusqu'au cou pour étaler le mélange de beurre travaillé sous la peau.

Faire de même avec les cuisses et le blanc en massant bien avec les doigts

Mettre le poulet sur un plat huilé allant au four et faire cuire sans couvrir 1 h à four moyen jusqu'à ce que la peau soit croustillante et la chair bien cuite.

Recette réalisée en 1 h 30