

TAJINE DE POULET AUX PRUNEAUX

La facilité d'une cuisson en sac pour four traditionnel, pour un plat mijoté et fondant à souhait.



Temps de préparation : 15 min - Temps de cuisson : 30 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (4 personnes)

- 4 escalopes de poulet ou autres morceaux
- 500 g de pomme de terre (type roseval)
- 12 pruneaux
- 1 oignon pelé et émincé
- 1 cube de bouillon de volaille gélifié
- 2 bâtons de cannelle
- 1 noix de margarine spéciale cuisson **ou** 1 c. à s. d'huile d'olive
- sel & poivre

Préparation

Peler et laver les pommes de terre, puis les essuyer et les couper en 4 dans la longueur.

Découper les escalopes de poulet en lamelle assez larges.

Dans un sac de cuisson pour four traditionnel, mettre les lamelles de poulet, les quartiers de pommes de terre, les pruneaux, les bâtons de cannelle, le bouillon gélifié, l'huile, le sel et le poivre.

Malaxer le sac, le fermer le plus haut possible, en prenant soin d'évacuer tout l'air avant.

Enfourner sur une plaque, dans un four préchauffé à 200°C, pour une trentaine de minutes.

Après la cuisson, verser dans un plat et déguster ces saveurs délicieuses !