

POULET BLEU BLANC CŒUR AU CRESSON ET RÖSTIS

Une recette inspirée de Guillaume Gommez? (Livre « Soigner son assiette pour mieux vivre durant un cancer, P Pouillart, 2024, Ed Privat) ?

Image not found

[https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/202/thumbnails/12 Guillaume G.jpg](https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/202/thumbnails/12_Guillaume_G.jpg)

Ingrédients (6 personnes) :?

- 1 poulet bleu blanc coeur prêt à cuire (1,5 kg)?
- 1/2 oignon ?
- 1 échalote ?
- 2 gousses d'ail?
- Thym, laurier, clou de girofle ?
- Huile ?
- Sel et poivre ?
- Galettes de pomme de terre surgelées (Röstis)?
- Huile à la truffe?
- 1 bouquet de cresson ?
- ?

Préparation :?

Préchauffer le four à 180°

Fourrer l'intérieur de la volaille d'un demi-oignon piqué du clou de girofle, une échalote, une gousse d'ail, d'une demi-feuille de laurier.

Autour de la volaille, placer un demi-oignon, une échalote, une gousse d'ail, une feuille de laurier et quelques brins de thym.

Saler, poivrer.

Rôtir au four durant 1h20 (le temps de cuisson peut varier en fonction du poids).?

Ajouter un peu d'huile de truffe dans le jus de cuisson.?

Servir avec une salade de cresson.?