



## *Filets de poularde au fenouil et à la tomate*

### **Recette pour: 4 personnes**

|       |   |       |                            |
|-------|---|-------|----------------------------|
| 4     | filets de poularde au maïs avec la peau Sel et poivre du moulin | 4     | gousses d'ail              |
| 8     | petites feuilles de basilic                                     | 2     | branches d'origan          |
| 2     | fenouils  | 400 g | de petites pommes de terre |
| 8     | oignons nouveaux  | 6 cs  | d'huile d'olive            |
| 300 g | de tomates cerises  | 1 dl  | de fond de volaille        |
|       |   | 4 cs  | de vinaigre balsamique     |

Décoller délicatement la peau de la poularde et glisser deux feuilles de basilic entre la peau et la chair, bien appuyer. Assaisonner de sel et de poivre, puis faire colorer dans l'huile d'olive. Placer sur la grille de cuisson et enfourner à 160°C pendant 8 minutes. Maintenir au chaud pendant 20 minutes dans le Hold-o-mat (volet ouvert). Nettoyer et préparer le fenouil, puis le couper en tranche. Nettoyer les oignons nouveaux et en retirer le tiers supérieur. Laver les tomates. Eplucher l'ail et détailler en fines lamelles. Laver les pommes de terre, les couper en deux et les blanchir une minute dans l'eau salée. Egoutter immédiatement. Faire revenir les pommes de terre, les oignons et le fenouil à la poêle avec le reste d'huile, assaisonner puis débarrasser dans une cocotte. Parsemer d'origan, ajouter le fond et le vinaigre balsamique, placer au four à 180°C pendant 20 minutes.

Pour plus de recettes: [www.hugentober.ch/recettes](http://www.hugentober.ch/recettes)