

Une idée de recette pour épater et régaler vos convives....

CHAPON FERMIER BIO

AU MIEL et AUX POMMES

La veille : préparation

Ingrédients : Un beau CHAPON de La Ferme d'AMPUS

Un pot de miel liquide (si possible de Pin ou Bruyère..)

10 clous de girofle

150 gr de beurre

5 pommes

1 verre de vin blanc – sel et poivre

- 1) Pilez les clous de girofle et, les travailler avec le beurre fondu et 1 verre de miel.
- 2) Pelez 2 pommes, les couper en petits morceaux et les mélanger à 2 cuillères de la préparation au miel.
- 3) Salez et poivrez l'intérieur du chapon, puis le farcir avec les pommes au miel.
- 4) Enduire tout le chapon du reste de la préparation au miel (vous obtiendrez un chapon doré à la perfection) : l'envelopper dans un papier aluminium et le réserver au frais jusqu'au lendemain

Le lendemain cuire le chapon comme décrit dans MODE DE CUISSON

MODE DE CUISSON :

Sortez votre chapon du réfrigérateur 1 heure avant de le cuisiner.

Préchauffez le four therm.6 (160).

Placer le chapon dans un plat sur une cuisse, salez et poivrez.

Cuire 30 mn, puis le retourner sur l'autre cuisse – cuire à nouveau 30 mn.

Enfin, mettre le chapon sur le dos et poursuivre la cuisson THERMOSTAT 5 (150) pendant environ 4 h. (pensez à l'arroser de son jus). Pour vérifier la cuisson, piquez près du croupion : Si le jus qui s'écoule est doré, la cuisson n'est pas terminée ; s'il est translucide et brunâtre, sortez le chapon du four. Laissez reposer en clochant avec du papier d'aluminium.

Avant la fin de cuisson : pelez les pommes restantes, les couper en quartiers et les faire sauter au beurre, salez-poivrez et déglacer avec le vin blanc.

Servir le chapon entouré de pommes et nappé de glaçage.

CONSEIL : pour accompagner cette excellente volaille vous pouvez ajouter 20 mn avant la fin de la cuisson du chou déjà cuit (style choucroute) qui se marie à la perfection !!!!
Je vous souhaite un BON APETIT et de très belles fêtes. JOYEUX NOEL. A très bientôt Corinne