

L'Ile Gourmande d'une Fée

<http://feegourmandile.canalblog.com/>

Blanquette de vieille poule aux légumes



Ingrédients :

1 poule coupée en morceaux
1 petit bocal de haricots verts
1 oignon
4 à 5 carottes
1 poireau
1 boîte de lardons
40g de farine
40g de beurre
1 bonne cs de crème liquide
1 jaune d'oeuf
le jus d'1/4 de citron
1 cs de fond de volaille

Réalisation :

1/ Mettre la viande, l'oignon, les carottes coupées en rondelles et le poireau dans un faitout. Saler et recouvrir d'eau. Ajouter le fond de volaille et laisser cuire 1h.
2/ Egoutter la viande et les légumes en gardant le jus de cuisson.
Faire fondre le beurre, ajouter la farine et bien mélanger. Ajouter petit à petit le jus de cuisson, pour faire une béchamel pas trop épaisse. Ajouter la crème, le jus de citron, le jaune d'oeuf et les légumes (dont les haricots verts).
3/ Faire revenir les lardons et les ajouter à leur tour. Laisser mijoter encore une dizaine de minutes à feu très doux.

Servir bien chaud avec du riz !

