Couscous au poulet et au Ras el hanout

Produits Bresc utilisés

Purée d'ail bio 325g

Purée d'ail grillé 325g

Ras el hanout Mélange d'épices 450g

Ingrédients

10

Pour le poulet

- 1 poulet entier
- 10 g de purée roasted garlic Bresc
- huile pour faire rôtir

Pour le couscous

- 2 échalotes hachées
- 4 g de purée d'ail bio Bresc
- 50 g de brunoise d'aubergine
- 50 g de brunoise de courgette
- 10 g de Ras el hanout Bresc
- 300 g de couscous
- 5 dl de bouillon de poulet
- huile d'olive

Pour la garniture

- 1 carotte
- ½ poivron vert
- 4 radis

Méthode de préparation

Assaisonner le poulet avec l'ail rôti, le poivre et le sel et faire braiser dans l'huile chaude. Ajouter une grosse noix de beurre, enfourner à 160 °C et verser un peu de jus de cuisson sur le poulet. Pour le couscous, faire revenir l'échalote, l'ail, l'aubergine, la courgette et le Ras el hanout dans un filet l'huile d'olive. Ajouter le couscous, mouiller de bouillon de poulet, retirer du feu et laisser couvert pendant 10 minutes. Nettoyer la carotte et le poivron et les couper en fine julienne. Couper les radis en fines rondelles et les mettre dans de l'eau glacée. Couper le poulet, trancher et servir dans une assiette creuse avec le couscous. Garnir de crudités.

Bresc BV Jakobsstaf 6 4251 LW Werkendam The Netherlands T. +31 (0) 183 200 000