

# 2<sup>e</sup> festival de la Gastronomie

Produits d'ici, Cuisine d'ailleurs

## Escabeche de poulet

Par Nicolas Conan • Les Hauts de Kerano • Paimpol



recette



### ingrédients

#### Marinade

- 500 g d'eau
- 250 g vinaigre de riz
  - 125 g sucre
  - 100 g Mirin (alcool de riz fermenté)
- 125 g sauce soja douce
- 7,5 g dashi déshydraté

#### Garniture

- 1 kg cuisse de poulet (ici poulet de la ferme de Max, Pabu)
- 125 g oignon de Roscoff
- 125 g carotte des sables
  - 50 g poivron vert
  - 2 vert de poireau
  - 2 citrons jaunes
  - 100 g maïzena
- 500 g huile de tournesol (pour friteuse)

Option : 1 piment oiseau

- Désosser les cuisses de poulet, les couper en morceaux de 1 cm sur 1 cm. Réserver.
- Tailler les oignons, carottes et poivrons en julienne dans la longueur.
- Tailler le citron en tranche.
- Faire légèrement brûler les verts de poireau au four sur la position grill.
- Faire chauffer l'huile à 180°.
- Dans un saladier, verser la maïzena et y déposer vos morceaux de poulet. Brasser les, jusqu'à ce qu'une fine pellicule de maïzena apparaisse autour des morceaux de poulet. Plonger les ensuite dans un bain d'huile à 180° et ce jusqu'à obtenir leur pré-cuisson.
- Faire bouillir les liquides.
- Dans un saladier, y déposer toutes les garnitures ainsi que le poulet. Y verser dessus les liquides chauds. Recouvrir.
- Attendre minimum 2h.

C'est prêt ! Bon appétit.