

POULET RÔTI AU THYM, CITRON, MIEL & POMMES DE TERRE NOUVELLES



Ingrédients :

Pour le poulet :

- 1 poulet entier ≈ 1,4 kg
- 1/2 petit citron jaune (15g de jus + zestes) + 1 citron
- Branches de thym +++
- Huile d'olive 30g ≈ 3 à 4 càs
- Miel 1 càs + poivre
- 4 à 6 grosses gousses d'ail

Pour les pommes de terre :

- Pommes de terre nouvelles (ou grenailles) 600 à 800g
- Huile d'olive 6 càs
- Gros sel 1 càc + poivre
- Branches de thym +++

Astuces :

- Compter environ 1h de cuisson par kg de poulet.
- Servir avec un tian de légumes ou une poêlée haricots verts champignons (recettes sur le blog).

Préparation : 15 minutes | Cuisson : 1h20 environ
Pour 4 à 6 personnes

Pour le poulet :

1. Préchauffer le four à **150°C**.
2. **Zester** le 1er citron et mettre de côté les zestes puis le **presser** pour récupérer le jus. Couper le 2ème citron en **fines rondelles**.
3. **Éplucher** les gousses d'ail et les couper en 2 (si elles sont grosses).
4. Retirer le thym des branches (à l'aide de vos doigts) mais garder la moitié du bouquet pour la suite de la recette.
5. Dans un **bol** : mélanger l'huile d'olive, le jus de citron et les zestes, le miel, le thym et le poivre. Dans un plat allant au four : déposer le poulet.
6. **Farcir** le poulet rôti au niveau de la fente : ajouter la moitié des rondelles de citrons, les branches de thym et la moitié des gousses d'ail.
7. A l'aide d'un **pinceau en silicone** : **badigeonner** le poulet rôti entier avec la marinade.
8. **Déposer** le reste des rondelles de citron et le reste des gousses d'ail autour du poulet en enfourner environ **1h à 150°C puis 10 à 20 minutes à 200°C** (pour la dorure). le temps de cuisson peut varier selon les fours.

Pour les pommes de terre nouvelles (ou grenailles) :

1. Bien les **laver** et garder la peau.
2. Dans un **saladier** : mélanger l'huile d'olive, le poivre, le thym et les pommes de terre. Enfourner à **150°C** pendant **45 minutes** environ.

En coopération avec :



@Recettes100faim.fr