

Poulet poché et sauce pistache



8-10 portions

Ingrédients

- 2 poulets entiers coupés en portions ou 7 morceaux de poulet (1,5 kg)
- 12 tasses d'eau
- 2 carottes pelées et coupées en gros morceaux
- 1 branche de céleri coupée en gros morceaux
- 1 petit oignon blanc coupé en quartiers
- 2 grosses tiges de persil ou de coriandre
- 1 feuille de laurier
- 1¾ cuillère à thé de sel fin, divisé, ou 3½ cuillères à thé de sel kasher
- 2½ piments poblanos
- 6 cuillères à soupe de graines de sésame non décortiquées
- 3 cuillères à soupe de flocons de piment fort broyé (piment ancho ou pasilla séché, non fumé)
- 1 tasse de pistaches écalées, non salées et rôties, en retirant la mince pulpe
- 2 petits piments serranos frais, grossièrement hachés, avec les pépins
- 2 petites gousses d'ail pelées
- ½ cuillère à thé de graines d'anis
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive douce ou d'huile végétale
- ½ tasse de poulet poché et 4 à 5 tasses de bouillon de poulet
- 1 petite feuille d'avocat
- 4 avocats pelés, dénoyautés et coupés en dés

Poulet poché et sauce pistache

Préparation

1. Dans une marmite d'une capacité de 4,5 l, placer les morceaux de poulet, l'eau, les carottes, le céleri, l'oignon, le persil, la feuille de laurier et 1 cuillère à thé de sel. Porter à ébullition à feu vif, en écumant la surface au besoin. Réduire le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que le poulet soit cuit, environ 30 minutes.
2. Retirer les morceaux de poulet du bouillon. Lorsqu'ils sont suffisamment refroidis pour être manipulés, retirer la peau. Passer le bouillon au tamis et le verser dans un grand bol; jeter ou composter les légumes et les herbes.
3. Le poulet laissé dans le bouillon peut être conservé au réfrigérateur jusqu'à deux jours. On peut aussi les séparer et garder le bouillon au réfrigérateur jusqu'à cinq jours ou au congélateur jusqu'à trois mois. S'assurer de laisser d'abord refroidir la viande et le bouillon à découvert.
4. Pour la préparation de la sauce aux pistaches, sur une cuisinière au gaz, faire rôtir les piments poblanos directement sur la flamme (ou directement sur l'élément de la cuisinière électrique), en les tournant souvent à l'aide d'une pince, jusqu'à ce que la peau soit calcinée (de 4 à 6 minutes). Déposer les piments dans un bol et les faire suer en couvrant le bol d'une assiette, pendant 15 à 20 minutes.
5. Retirer la peau des piments poblanos à l'aide d'un essuie-tout ou avec les doigts; ouvrir les piments en les coupant sur la longueur. Retirer les pépins, les veines et les tiges, puis étendre les piments à plat. Retirer les pépins restants et déchirer ensuite les piments en gros morceaux.
6. Dans un petit poêlon lourd sur feu moyen, griller environ

Poulet poché et sauce pistache

4 minutes les graines de sésame et les graines de piment en remuant constamment, jusqu'à ce qu'elles soient odorantes et qu'elles deviennent plus foncées.

7. Mettre les piments poblanos et les graines de sésame grillées au mélangeur. Ajouter les pistaches, les piments serranos, l'ail, les $\frac{3}{4}$ du sel, l'anis et 2 tasses de bouillon de poulet, puis mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse, environ 3 minutes.
8. Chauffer l'huile à feu moyen dans une marmite d'une capacité de 2 à 3 l (ce qui laissera assez d'espace pour ajouter le poulet plus tard). Pour préparer uniquement la sauce, utiliser une marmite de 1,5 à 2 l, puis ajouter le mélange et laisser mijoter, en remuant souvent, jusqu'à l'obtention d'une consistance un peu plus épaisse, environ 5 minutes. Pendant ce temps, prendre un peu de liquide sur le bord du mélangeur et l'ajouter au mélange dans la marmite.
9. Réduire le feu au minimum et laisser mijoter la sauce pendant environ 45 minutes, à découvert (utiliser une grille anti-éclaboussures pour éviter les dégâts), en remuant souvent, jusqu'à l'apparition de petites flaques d'huile à la surface. Pendant que la sauce mijote, ajouter du bouillon au besoin pour maintenir une consistance velouteuse qui adhère bien à la cuillère de bois.
10. Dans un comal, une crêpière ou un poêlon lourd, griller la feuille d'avocat à feu moyen à doux, en la tournant souvent avec une pince, jusqu'à ce qu'elle soit odorante et légèrement dorée, de 1 à 2 minutes. L'émietter ensuite au mélangeur. Ajouter 1 tasse de la sauce et mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène. Remettre le mélange dans le reste de la sauce, dans la marmite, et laisser cuire encore 5 minutes. Saler au goût.
11. Ajouter le poulet à la sauce, réduire à feu doux et laisser

Poulet poché et sauce pistache

cuire pour bien réchauffer, de 15 à 20 minutes. Garnir d'avocats coupés en dés.