

# Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

## **FRICASSÉE DE CHAPON EN BAECKOFFE**

**Pour 6-8 personnes :**

**1 chapon d'environ 3kgs coupé en morceaux - 1 bouteille de vin blanc moelleux - 12 pommes de terre Amandine - 2 oignons - 3 carottes - 3 navets - 5 branches de thym - 1 càc grains de coriandre - 6 clous de girofle - 1 petite poignée gros sel gris -**

**Préchauffer le four à 180° (Th.6).**

**Dans le plat à baeckoffe mélanger les morceaux de chapon, tous les légumes épluchés, lavés, coupés en rondelles +ou- épaisses. Ajouter les épices, les herbes. Verser le vin. Saler. Couvrir. Enfourner et cuire 2h15.**

Menus Propos © 2007

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

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr