

Poulet à l'espagnol, *version Thermomix*



Pour 4 personnes :

- 3 hauts de cuisse de poulet
- 3 pilons de poulet
- $\frac{1}{2}$ chorizo
- 1 poivron vert
- 40 g d'olives noires
- 1 boîte de tomates concassées
- 3 gousses d'ail + 1 oignon
- 10 g d'huile d'olive
- 10 cl de vin blanc
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 CS de paprika + 1 pincée de poivre

- Éplucher l'oignon, les gousses d'ail, laver et couper le poivron vert en lamelles, après avoir enlever les graines. Éplucher le chorizo et le couper en tranches.
- Dans le bol du TMX, mettre les gousses d'ail dégermées, ainsi que l'oignon, coupé en 4. Mixer 5 sec / V.4. Racler le bol avec la spatule.
- Verser l'huile d'olive et ajouter le poivron émincé. Programmer 4 min / 100°C / V.1.
- A la sonnerie, ajouter hauts de cuisse et pilons de poulet et verser les tomates concassées, ainsi que le vin blanc. Émietter le cube de bouillon, poivrer et saupoudrer de paprika.
- Programmer 20 min / Varoma / Sens Inverse / Mijotage.
- A la sonnerie, ajouter chorizo + olives et cuire 10 min / Varoma / Sens Inverse / Mijotage.
- Vérifier la cuisson du poulet et si ça convient (moi, je l'aime bien, bien cuit!), transvaser dans un plat creux et servir avec un peu de riz ou de semoule.

CABZ
SANDS