



Du 09 au 26 mars 2022

# POULETS FERMIERS

Jean Foissac, éleveur à Villesèque (46)

3 achetés, le 4<sup>ème</sup> est offert\* !



## Bon de commande

Quantités

### SÉLECTION DE NOS BOUCHERS

POULETS FERMIERS de Jean Foissac à Villesèque (46)

3 ACHETÉS + 1 OFFERT\* ..... 8€30/ kg ..... Lot(s)

\* le plus petit des 4 poulets

Pintade fermière ..... 8€15/ kg ..... pièce(s)  
au lieu de ~~10€15/ kg~~

# Osez

## Le Carri de poulet !

Préparation : 10 min / Cuisson: 40 min

### Ingrédients :

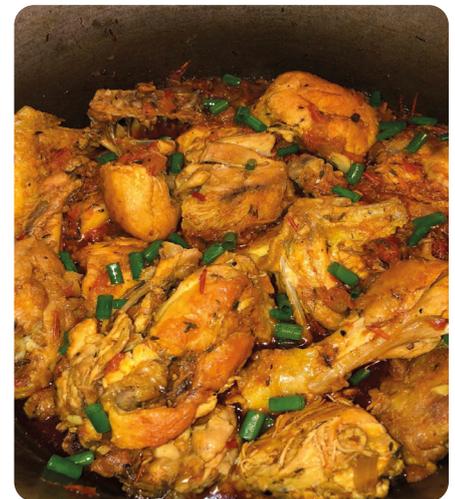
- 1 poulet
- 2 oignons
- 2 clous de girofle
- 6 gousse d'ail
- 2 boîtes de tomates concassées
- 1 cm de gingembre frais
- 1 pincée de safran
- 1 branche de thym
- Sel et huile d'olive

### Préparation :

Hachez les oignons et ajoutez les tomates concassées. Pilez l'ail et ajoutez 2 pincées de sel, les clous de girofle et le gingembre. Mélangez le tout et laissez infuser.

Coupez votre poulet en morceaux, versez un filet d'huile d'olive dans une casserole et faites saisir les morceaux quelques minutes à feu fort. Ajoutez les oignons, le thym et la préparation précédente à base de sel et d'ail. Mélangez bien le tout et baissez légèrement le feu. Laissez cuire 5 minutes, l'oignon doit être bien translucide.

Ajoutez maintenant les tomates hachées et mélangez le tout pour que le poulet soit bien nappé. Ajoutez de l'eau à hauteur, le safran et laissez mijoter jusqu'à réduction de l'eau. A déguster avec un riz blanc !



## Vos infos

Nom et prénom .....

Tél .....

Date de retrait souhaitée .....

\*Nous travaillons de façon artisanale et ne pouvons donc vous garantir un poids standardisé. C'est le poids réel qui vous sera facturé.





Du 09 au 26 mars 2022

# POULETS FERMIERS

Jean Foissac, éleveur à Villesèque (46)

3 achetés, le 4<sup>ème</sup> est offert\* !



## Bon de commande

Quantités

### SÉLECTION DE NOS BOUCHERS

POULETS FERMIERS de Jean Foissac à Villesèque (46)

3 ACHETÉS + 1 OFFERT\* ..... 8€30/ kg ..... Lot(s)

\* le plus petit des 4 poulets

Pintade fermière ..... 8€15/ kg ..... pièce(s)  
au lieu de ~~10€15/ kg~~

# Osety

## Le Carri de poulet !

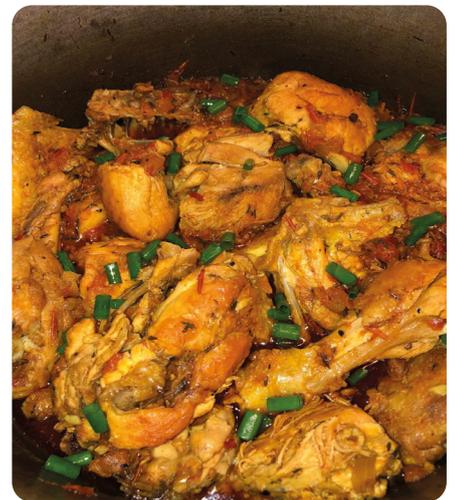
Préparation : 10 min / Cuisson: 40 min

### Ingrédients :

- 1 poulet
- 2 oignons
- 2 clous de girofle
- 6 gousse d'ail
- 2 boîtes de tomates concassées
- 1 cm de gingembre frais
- 1 pincée de safran
- 1 branche de thym
- Sel et huile d'olive

### Préparation :

Hachez les oignons et ajoutez les tomates concassées. Pilez l'ail et ajoutez 2 pincées de sel, les clous de girofle et le gingembre. Mélangez le tout et laissez infuser. Coupez votre poulet en morceaux, versez un filet d'huile d'olive dans une casserole et faites saisir les morceaux quelques minutes à feu fort. Ajoutez les oignons, le thym et la préparation précédente à base de sel et d'ail. Mélangez bien le tout et baissez légèrement le feu. Laissez cuire 5 minutes, l'oignon doit être bien translucide. Ajoutez maintenant les tomates hachées et mélangez le tout pour que le poulet soit bien nappé. Ajoutez de l'eau à hauteur, le safran et laissez mijoter jusqu'à réduction de l'eau. A déguster avec un riz blanc !



## Vos infos

Nom et prénom .....

Tél .....

Retrait les jeudis 10/03, 17/03 et 24/03

\*Nous travaillons de façon artisanale et ne pouvons donc vous garantir un poids standardisé. C'est le poids réel qui vous sera facturé.

