

Préparation : 20 min / Cuisson: 2h00



## Le poulet fermier du Lot à la bière locale, miel du Ségala et moutarde

### Ingrédients *pour 6 pers*

1 poulet entier de Jean Foissac, éleveur de volailles fermières à Villesèque (46)  
5 cuillères à soupe de moutarde  
4 cuillères à soupe de miel du Ségala de Guillaume Carsac à Montet et Bouxal (46)  
3 oignons  
3 gousses d'ail  
1 bouquet garni (thym, laurier, persil)  
75 cl de bière blonde de votre brasseur local préféré  
500g de champignons  
4 cuillères à soupe de crème fraîche  
3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
Sel et poivre

### Préparation

Mettez votre four à chauffer à 200°. Dans un bol, mélangez le miel et la moutarde. Avec cette préparation, badigeonnez votre poulet fermier, puis nappez-le avec l'huile d'olive.

Pelez et émincez les oignons et les gousses d'ail. Disposez-les autour de votre poulet dans un plat allant au four. Salez et poivrez le tout. Ajoutez le bouquet garni. Arrosez votre préparation avec le tiers de votre bière blonde puis enfournez pendant environ 1h30 (pour un poulet de 2kg). Pendant ce temps de cuisson, arrosez régulièrement votre poulet fermier avec votre bière blonde. Puis sortez-le et découpez-le avant de le remettre dans le plat.

Ajoutez les champignons que vous aurez préalablement épluchés et découpés en quartiers. Mélangez-les bien à votre plat, avec vos morceaux de poulets et la sauce puis remettez au four pendant 10 min. Ajoutez ensuite la crème fraîche, mélangez bien et laissez reposer quelques minutes au four éteint.

Servez votre plat avec des pommes de terre vapeur ou des tagliatelles fraîches !

**Bon appétit !**