



FRICASSEE DE POULET AU COLA

pour 4 à 6 personnes (suivant l'appétit) :

2 cuisses - 2 ailes - 2 arrière-cuisses - 1 litre de cola - 2 échalotes - 1/3 de bouquet de ciboulette - 2 gousses d'ail - 1/2 botte de persil plat hachée - 1 càs sucre - 1 càc poivre du moulin - 1 càc 4 épices en poudre - 1 càc herbes de Provence - 1 càc thym séché - 2 clous de girofle - sel –

marinade :

2 échalotes finement hachées - 1/2 botte persil plat hachée - le jus d'1 citron - 2 càs de vinaigre (pour moi de Banyuls) - 4 càs d'huile d'olive –

Mélanger les ingrédients de la marinade et y faire mariner les morceaux de poulet toute une nuit.

Le lendemain, hacher finement les échalotes, la ciboulette, l'ail et le persil. Réserver. Faire chauffer de l'huile dans une sauteuse et ajouter le sucre. Laisser caraméliser quelques instants, ajouter les morceaux de poulet. Cuire à feu vif 2 minutes 1/2 , retourner, dorer l'autre face. Quand il est bien doré, ajouter les épices, les herbes et les clous de girofle, le mélange échalotes-ciboulette-ail-persil et la marinade. Ajouter le cola, saler, porter à ébullition et cuire 30 minutes sans couvrir.

Résultat : sauce bien réduite, poulet caramélisé.