



Les plats principaux

Plat unique de pommes de terre, brocoli, céleri-rave et poulet

Pour 4 personnes.

Ingrédients

800 grammes de pommes de terre grenaille (en quartiers)
1 oignon (en anneaux)
brin romarin (quelques)
1 brocoli (les fleurs)
1/2 céleri-rave (en cubes)
2 gousses d'ail (écrasées)
1 citron (le jus, le zeste râpé)
poignée feuilles de basilic
600 grammes poulet (en morceaux)
30 grammes de parmesan (râpé)
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 180°C. Mettez les pommes de terre, le céleri-rave, l'oignon et le romarin dans un plat à four, aspergez d'huile d'olive et salez et poivrez. Mélangez bien le tout. Enfourez 20 minutes. Remuez à la mi-cuisson.

Mettez les morceaux de poulet dans un plat avec l'ail, le jus et le zeste de citron, le brocoli et un filet d'huile d'olive et mélangez bien le tout. Salez et poivrez.

Versez le tout par-dessus les pommes de terre et le céleri-rave puis mélangez un peu. Enfourez encore 20 minutes. Terminez avec le Parmesan râpé et le basilic frais.

Ustensiles de cuisine

Four

