

Poulet entier

INGRÉDIENTS:

- 1 POULET
- 1-2 FEUILLES DE LAURIER
- 1 GROS OIGNON, COUPÉ EN QUARTIER
- LES FEUILLES D'UN CÉLERI
- EAU

INSTRUCTIONS :

1. DÉPOSER LE POULET DANS L'AUTOUISEUR.
2. AJOUTER L'OIGNON, LES FEUILLES DE CÉLERI ET LE LAURIER.
3. RECOUVRIR D'EAU.
4. CUIRE 30 MIN AU MICRO-ONDES.
5. LAISSER LA PRESSION SORTIR AVANT D'OUVRIR.
6. RETIRER LE POULET ET L'EFFILOCHER.
7. FILTERER LE BOUILLON ET CONSERVER POUR DE FUTURES RECETTES.

DEBBIE DUFOUR, MÉLANIE MARCHAND
ET JEAN-PHILIPPE JACQUES