

## Cuisses de Poulet à la Provençale - Un Plat Savoureux

Bon, on commence à la ramille aujourd'hui, on va réaliser le poulet, les cusses de poulet à la provincial de voir, recettes vraiment super facile. Dans la poêle ou dans la casserole, vous mettez ici 4 cuillères à subduits, on met le poulet, donc là c'est 3 cusses de poulet coupé en 2, on s'allant pouvoir on met le rigant et le romain, d'accord ? Là, je suis une branche de romain, une ou deux branches, j'ai mis un peu de rigant, on fait revenir la viande, une fois que la gêande est revenu, on vient des posées ici, un oignon et un poivron rouge, un poivron vert, les poivrons rouge des bons vers, sans des poivrons que j'avais mis à retirer au fond, donc on met une pointe de curcuma pour la couleur, et on fait revenir tout ça tranquillement, on met le couvercle, on surveille, on ne n'hésite pas à venir remettre un entendant, donc là je prends une courgette, je la coupe à Rendelle, et je récupère la sustomate, donc là je mets un verre d'eau dans le pot de sustomate, et je récupère le fond, les amis, un accord magnifique, là on va laisser cuire tranquillement, il faut que ça boue à peu près 2 minutes, dès que ça boue 2 minutes on va pouvoir transvaser le tout, dans un plat qu'on aura huilé un petit peu, ok, et finir la cuisson au four, pour bien retirer le poulet et concentrer les savers, le four a 180°, et on est parti pour environ 40 minutes de cuisson, en surveillant, regardez mon ça, c'est magique, hop là, ça sort du four, regardez mon le résultat, il est juste parfait, une régalaade vous pouvez mettre de l'aide dans la recette, je vous aime, bis, pas et pas,