

Poulet en crapaudine au beurre d'ail rôti et herbes fraîches, sauce veloutée au parmesan et citron

Préparation 20 min | Rendement 4 à 6 portions | Cuisson 1 heure

Repos 3 min | Conservation 3 jours au réfrigérateur

Congélation Oui

Ingrédients

Pour le poulet

- 1 poulet entier de 1,5 à 1,8 kg, ouvert en crapaudine
- 3 c. à soupe de beurre mou
- 2 c. à soupe d'huile d'olive fruitée
- 2 têtes d'ail entières
- 2 c. à soupe de persil plat haché
- 1 c. à soupe de ciboulette fraîche ciselée
- 1 c. à thé de thym frais haché
- Fleur de sel et poivre noir concassé, au goût

Pour la sauce veloutée parmesan-citron

- 250 ml (1 tasse) de crème 35 % à cuisson
- 80 ml (1/3 tasse) de parmesan fraîchement râpé
- 1 c. à soupe de beurre
- 1 c. à thé de zeste de citron
- 2 c. à soupe de jus de citron frais
- Poivre noir moulu, au goût

Méthode

Couper le haut des têtes d'ail, arroser d'un filet d'huile d'olive, saler et envelopper dans du papier d'aluminium.

Cuire au four ou sur le BBQ à feu moyen environ 40 minutes, jusqu'à ce que les gousses soient fondantes.

Presser la pulpe d'ail rôti dans un bol, réserver.

Mélanger le beurre mou, l'huile d'olive, l'ail rôti, le persil, la ciboulette, le thym, le sel et le poivre.

Glisser ce beurre parfumé **sous la peau** du poulet et bien masser pour répartir.

Réfrigérer 2 à 4 heures (ou jusqu'à 8 heures) pour laisser infuser les saveurs.

Préchauffer le BBQ à feu moyen (180 à 200 °C / 350 à 400 °F), cuisson indirecte.

Déposer le poulet côté peau vers le haut et cuire 30 minutes.

Retourner côté peau vers le bas et poursuivre la cuisson 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que la température interne atteigne **82 °C (180 °F)** à la cuisse.

Dans une petite casserole, chauffer la crème à feu doux. Ajouter le parmesan et laisser fondre complètement. Incorporer le beurre, le zeste et le jus de citron. Poivrer généreusement et garder au chaud (sans faire bouillir).

Découper le poulet sur une grande planche en prenant soin de récupérer le jus de cuisson. Ajouter le jus de cuisson à la sauce, fouetter un peu.

Napper généreusement de sauce parmesan-citron. Servir le reste de la sauce dans un petit pot à côté.