



La poule à bouillir Exploiter toutes les ressources

La cuisson d'une poule à bouillir est facile. Après une demi-heure dans une marmite à vapeur, la viande aromatique est tendre et peut être utilisée de nombreuses façons, par exemple pour un bon bouillon de poule aux vertus fortifiantes.



Saveur et santé

La cuisson d'une poule à bouillir est facile, et dans une marmite à vapeur, elle ne prend qu'une demi-heure. Sinon, il faut faire cuire la poule pendant trois à quatre heures. La viande de poule à bouillir est très savoureuse et peut être utilisée de manière variée : salade de volaille, émincé au curry, hamburgers au poulet et ragoûts. On peut aussi la faire mariner dans de l'huile et la servir plus tard comme Tonno di Gallina pour accompagner une salade ou à l'apéritif.

Un bouillon de poule fortifiant préparé avec une poule à bouillir : c'est un remède éprouvé contre les rhumes et autres refroidissements, car il a des effets anti-inflammatoires et décongestionnants pour les muqueuses.

Acheter des poules à bouillir

Directement chez le producteur d'œufs, chez le boucher ou au rayon congelé des grands distributeurs

Producteurs d'œufs qui vendent aussi des poules à bouillir :
swisseg.ch/fr/producteurs/trouver-des-producteurs
Pour plus d'informations : swisseg.ch/fr/poules/poule-a-bouillir

« Si les 2,5 millions de ménages suisses mangeaient chaque année une poule à bouillir, toutes les poules finiraient dans une assiette après avoir pondu. »

Contact
GalloSuisse – Association des producteurs d'œufs suisses

043 300 40 50
info@gallosuisse.ch
swisseg.ch



La poule suisse
Durablement bonne.



Suisse, Naturellement.

De la poule pondeuse à la poule à bouillir

Les poules pondeuses suisses vivent pendant environ 500 jours une vie respectant leurs besoins. Elles peuvent se déplacer librement dans le poulailler, gratter et picorer et ont généralement accès à l'air frais et à un pâturage. Elles sont ensuite abattues parce que leurs œufs ne répondent plus aux exigences. Les poules plus âgées ont tendance à pondre de gros œufs dont la coquille est moins solide.



La poule à bouillir

Une noble cause



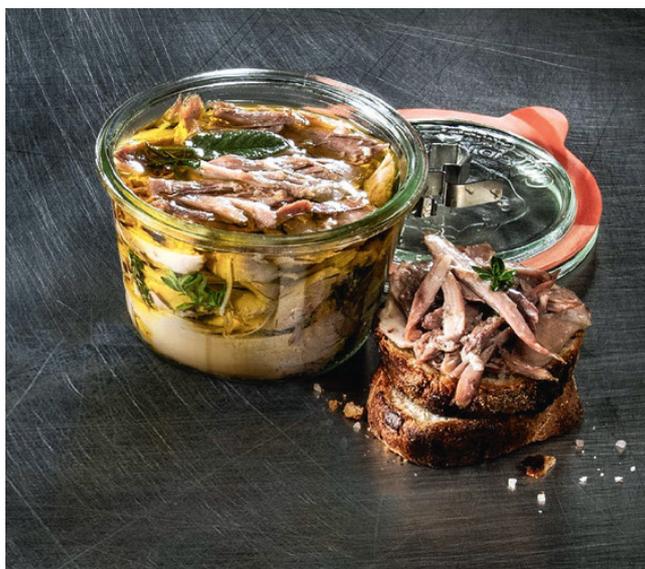
Il y a beaucoup de raisons de déguster une poule à bouillir. Qu'il s'agisse de sa viande aromatique et tendre ou des nombreuses recettes pour lesquelles elle peut être utilisée.

En plus, c'est le moyen d'associer saveur, food saving et consommation d'œufs responsable.

Alors : bon appétit !

La recette de Hansjörg Ladurner, Messer & Gabel

Tonno di Gallina



Ingrédients

Viande de cuisse de poule suisse bouillie
Sauge
Thym
Romarin
Ail selon les goûts
Huile d'olive

Préparation

Effiloche finement la viande et la disposer dans un bocal de conserve en alternant avec des couches de fines herbes. Bien tasser. Arroser d'huile d'olive chauffée à 55-60° C. Veiller à ne pas laisser de bulles d'air et à recouvrir entièrement d'huile la couche supérieure de viande. Fermer le bocal et laisser refroidir. Le Tonno di Gallina peut se conserver jusqu'à trois mois au frais tant que le bocal est fermé.

La recette de Louis Bischofberger

Poule au Pot Henri IV



Ingrédients

1 poule de 1,2 kg env.
2l eau
30g sel
1 bouquet garni classique (carottes, céleri, poireau, oignon coloré, poivre écrasé, clous de girofle, feuille de laurier, tiges de persil)
300g légumes à racines et poireau, étuver avec un peu du fond obtenu
200g nouilles maison en lanières ou dés de pommes de terre

Garniture possible : aïelles rouges, fruits à la moutarde, croûte au fromage ou un flan d'œufs moelleux

Préparation

Laver, sécher, blanchir la poule, porter l'eau à ébullition et y poser la poule, ajouter le sel et bien écumer le fond à l'aide d'une louche. Ajouter le bouquet garni classique après 60 minutes de cuisson.

Après 3 à 4 heures de cuisson contrôler avec une fourchette la viande des cuisses. Elle doit glisser facilement de la fourchette. Laisser reposer au chaud. Enlever la chair de la carcasse de poule et couper grossièrement. Dresser soit dans la marmite ou directement dans l'assiette, remettre la carcasse au fond et rectifier l'assaisonnement.

Etuver les légumes avec un peu du fond obtenu. Dresser en intercalant les nouilles ou les pommes de terre avec les légumes et la viande de poule, saupoudrer de fines herbes, couvrir de bouillon de poule, porter à ébullition et servir.

La recette de Hansjörg Ladurner, Messer & Gabel

Pulled Chicken Burger



Ingrédients

Burger :
Poirine de poule suisse bouillie
Petit pain rustique
Garniture au choix

Sauce barbecue :
Tomates bien mûres
Concentré de tomates
Sucre brun
Miel
Feuille de laurier
Cumin moulu
Poivre noir
Paprika fumé
Piment en poudre
Vinaigre de pomme

Préparation

Peler les tomates pour la sauce barbecue fumée. Mélanger tous les ingrédients et les porter à ébullition. Les réduire en purée et laisser épaissir jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse.

Effiloche la viande en longues lanières, la mélanger à la sauce chaude et la laisser mariner toute la nuit. Servir dans un petit pain à hamburger rustique avec une garniture au choix.