



*Préparation 1/2 heure*

## **Wok de Poulet Fermier de Touraine sauce soja**

***Pour 4 personnes :***

- 1 poulet fermier de Touraine de 1,8 kg à 2 kg
- 60 gr d'échalotes
- 100 gr de carottes
- 2 tomates
- 180 gr de poireaux
- 60 gr de beurre
- 100 gr de vermicelle de soja
- 100 gr de sauce soja
- 30 gr d'huile de sésame (facultatif)
- Sel et poivre

Découper le poulet frais en morceaux et la chair en julienne, mettre de côté. Tailler en lanières : les échalotes, les carottes, les poireaux, la chair et la peau des tomates préalablement vidées. Mettre 60 gr de beurre dans un wok, faire revenir les échalotes puis ajouter la volaille en la faisant légèrement colorer, ajouter les poireaux et les carottes, cuire 7 minutes à feu doux avec le couvercle. Verser le vermicelle chinois blanchi, la sauce soja, assaisonner, incorporer les tomates. Vous pourrez ajouter de l'huile de sésame à votre goût et servir.

Recette de Florent Houget, Château de Chissay