



# Julie Zyromski

## Polpettes de poulet aux épinards et à l'ail confit

Portions: 6

Préparation: 40 minutes

Cuisson: 2 heures

6



### Ingrédients

Pour les boulettes :

500 g de poulet haché

2 œufs

1 tasse (250 ml) de chapelure italienne

½ tasse (120 ml) de parmesan râpé

¼ tasse (60 ml) de purée de poivrons ou de pâte de tomates

¼ tasse (60 ml) d'épinards hachés finement (l'équivalent

d'environ 1 tasse [250 ml] de feuilles)

2 gousses d'ail émincées

Poivre frais, au goût

Pour la casserole :

1 oignon jaune haché

227 g (environ 1 ½ tasse) de champignons

2 c. à soupe (15 ml) d'huile d'olive extra-vierge (en garder une partie pour badigeonner les têtes d'ail)

3 branches de romarin frais

1 tasse (250 ml) de vin blanc sec

1 tasse (250 ml) de bouillon de poulet salé

2 tasses (500 ml) de feuilles d'épinards

3 têtes d'ail coupées en deux (à l'horizontale)

Poivre frais, au goût

### Étapes

1. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients des boulettes pour obtenir une consistance uniforme.
2. Former 18 boulettes avec ce mélange. Réserver.
3. Préchauffer le four à 300 oF (150 oC) au mode de cuisson habituel.
4. Dans un plat à cuisson large de style fonte émaillée qui va au four, dorer l'oignon et les champignons à feu moyen-élevé dans de l'huile d'olive.
5. Ajouter le romarin, puis déglacer au vin.
6. Laisser les trois quarts du vin s'évaporer, puis ajouter le bouillon de poulet, les épinards et les boulettes réservées.
7. Déposer les têtes d'ail un peu partout dans le plat et les badigeonner de l'huile d'olive restante.
8. Enfourner le tout à découvert et cuire 1 heure 30 minutes en badigeonnant, à la mi-cuisson, les boulettes avec la sauce.
9. Au moment de servir, poivrer le plat.
10. Déguster avec une purée de pommes de terre ainsi que de belles tranches de pain au levain à l'huile d'olive.