Cubes de Bouillon de Poulet Fait Maison ! Rapide et FACILE 🍮

Un jour Une recette
1,83 M d’abonnés
S’abonner
1,9 k

53 305 vues 19 nov. 2024 #bouillonpoulet #recette #légumes
🐓🔪 Faire vos propres cubes de bouillon de poulet est un jeu d'enfant et tellement gratifiant ! Poulet frais + légumes sains = pur bonheur ! 🌿💚 Pourquoi faire maison ? C'est économique, personnalisable et fait avec de VRAIS ingrédients – aucun additif ici ! De plus, vous pouvez aussi préparer des cubes de légumes ou de bœuf ! Évitez les produits achetés en magasin et essayez cette recette super simple et entièrement naturelle ! Bonne dégustation ! 💡 Enregistrez cette recette pour vous inspirer de la préparation de vos repas et envoyez à un ami ou un membre de votre famille qui aime cuisiner ! ♥ Retrouvez mon nouveau livre "40 recettes : 5 ingrédients maximum" en format numérique et traduit en 10 langues juste ici : https://onedayonerecipe.com 🩹

Ingrédients :

□ 2 cuisses de poulet

□ Huile ou beurre

□ 3 gousses d'ail

□ 1 oignon □ 1 grosse échalote

□ 3 carottes de taille moyenne

□ 1 panais

□ 2 tiges de céleri

□ 1 blanc de poireau

□ 1/4 de navet

□ 1 bouquet garni

□ 2 cuillères à café de sel

□ 1 cuillère à café de sucre brun

□ 1 cuillère à soupe de curcuma

□ 2-3 pincée de poivre

□ 1 cuillère à café de fécule de votre choix

0:00
pour cette recette de cube de bouillon de poulet fait maison vous aurez besoin de deux cuisses de poulet
0:05
que vous allez faire bien dorer dans une poêle avec de l'huile ou du beurre ou les deux
0:13
ça vous prendra environ 10 minutes de cuisson à feu moyen
0:21
puis déposer dans une assiette et mettre de côté pour le moment
0:30
ensuite passons au légumes, vous allez hacher 3 gousses d'ail
0:32
hacher ensuite 1 oignon, hacher 1 grosse échalote
0:43
j'aime beaucoup l'échalote dans les cubes de bouillon fait maison parce que ça apporte beaucoup de goût

0:50
couper en rondelle 3 carottes de taille moyenne que vous aurez épluchées au préalable
1:00
couper également 1 panais en rondelles, là le légume ancien a toute sa place dans ce genre de recette
1:06
hacher 2 tiges de céleri coup en rondelle
1:15
1 blanc de poireau coupé en morceaux, 1/4 de navet auquel vous allez retirer la peau bien évidemment
1:26
dans la poêle qui a servi à cuire les cuisses de poulet verser tous ces légumes
1:33
et cuire pendant environ 15 minutes à feu fort, bien évidemment pensez à mélanger régulièrement
1:42
et pendant ce temps de cuisson vous allez venir désosser vos cuisses de poulet pour récupérer la chair
1:48
mais surtout pensez à garder la peau qui va apporter beaucoup de goût à vos cubes de bouillon de poulet fait maison
1:54
quand vos légumes sont cuits c'est le moment d'ajouter votre chair de cuisse de poulet
2:11
ajoutez un bouquet garni
2:36
ajoutez 2 cuillères à café de sel
2:39
c'est complètement facultatif mais c'est quand même très important pour relever le goût, ajouter 1 cuillère à café de sucre brun
2:46
maintenant c'est le moment de saupoudrer de curcuma, alors je mets environ 1 cuillère à soupe de curcuma
2:54
j'ajoute environ 2-3 pincées de poivre fraîchement moulu et 1 cuillère pi à café de fécules de pommes de terre ou autre fécule de votre choix
3:07
mélangez le tout et cuire encore pendant environ 5-6 minutes mais là par contre ce sera à feu doux
3:16
ensuite retirer votre bouquet garni
3:24
et enfin terminer par ajouter 2 cuillères à soupe de persil déshydraté - je précise qu'ici c'est un persil déshydraté fait maison puisque j'ai la chance d'avoir un potager à la maison
3:30
bien mélanger
3:36
et maintenant nous allons passer le tout dans un robot mixeur et mixer jusqu'à obtenir une sorte de purée
3:42
puis vous déposez cette purée/cette pâte, vous la déposez dans une poêle à sec
4:00
et vous faites cuire à feu très doux pendant environ 2 minutes
4:04
en mélangeant régulièrement
4:07
ça permet de d'assécher la pâte - déposer dans un moule rectangulaire ou carré d'environ 20-25 cm de diamètre et qui est recouvert d'une feuille de papier cuisson
4:21
vous recouvrez également d'une feuille de papier cuisson
4:25
et vous mettez au congélateur pendant soit 2-3h soit toute une nuit
4:32
et une fois que c'est bien congelé il ne vous reste plus qu'à couper en forme de cubes
4:39
vous obtiendrez environ 50 cubes de bouillon de poulet fait maison c'est juste énorme ! vous en avez pour plusieurs mois de tranquillité
4:45
puis aussitôt il vous suffira de les emballer soit individuellement
4:52
soit en grande quantité par couche dans une feuille de papier cuisson, qu'ensuite vous déposerez dans une boîte hermétique que vous déposerez dans le congélateur
4:58
voilà et comme ça vous n'avez plus qu'à sortir votre bouillon de poulet fait maison quand vous en avez besoin
5:11
et maintenant voyons les avantages de faire ces cubes de bouillon de poulet fait maison, parce qu'il y en a beaucoup !
5:15
premièrement c'est très économique, ça vous coûte presque trois fois moins cher que d'acheter des cubes de bouillon de poulet en magasin
5:21
deuxièmement c'est beaucoup plus sain !
5:28

vous contrôlez les ingrédients qui sont à l'intérieur, vous utilisez du vrai poulet et ils sont sans additifs
5:34
et en plus vous pouvez personnaliser les légumes que vous souhaitez ajouter
5:41
ou alors si vous souhaitez changer les épices ou les herbes aromatiques selon vos goûts
5:47
on pourrait également utiliser un gros poulet, le faire cuire au bouillon avec les légumes puis sortir le poulet et l'utiliser pour autre chose
5:54
c'est sûr que votre bouillon aura le goût du poulet
6:00
mais sincèrement je préfère ajouter du poulet parce que c'est quand même plus intense en goût
6:05
et ensuite vous pouvez l'utiliser pour plein de choses différentes : comme simple bouillon avec quelques petites pâtes dedans par exemple
6:11
comme quand maman ou grand-mère nous ont préparé quand nous étions malades, c'est un grand classique
6:17
mais c'est surtout que c'est vraiment bon pour être ajouté partout :
6:22
dans des soupes, des ragoûts, des poêlées, des sauces, des marinades, vous avez vraiment un choix multiple
6:28
et maintenant je vous montre comment il se dilue parfaitement avec de l'eau chaude donc sous forme de simple bouillon
6:34
à boire aussitôt, c'est juste une merveille! écoutez si vous essayez vous allez l'adopter !
6:43
parce que ça n'a rien à voir avec les cubes de bouillon vendus en magasin et qui sont très nocifs pour la santé