

# la recette du poulet au chocolat et compotée de patates douces

## Ingrédients

- 400 gr de filets de poulet
- 300 gr d'échalotes
- 4 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 6 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 2 cuillères à soupe rases de poudre de cacao type Van Houten ou 50 gr de chocolat noir
- sel et poivre

## pour la purée de légumes

- 130 gr d'échalotes
- 400 gr de patate douce
- 270 gr de chou rouge
- 130 gr de châtaignes pelées et cuites
- 1 cuillère à soupe et demi d'huile d'olive
- 4 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- gros sel

## Préparation

### La compotée de légumes

-Lavez, épluchez et découpez les légumes.

-Dans une sauteuse faites revenir à feu doux les échalotes émincées dans de l'huile olive durant quelques minutes.

Ajoutez tous les légumes, le gros sel ainsi qu'un verre et demi d'eau.

Faites cuire à feu doux, avec le couvercle environ 20 minutes.

-Enlever le couvercle et faites cuire encore cinq minutes pour que l'eau s'évapore un peu.

Ajoutez le vinaigre balsamique et remuez bien.

-Arrêtez la cuisson et mixez le tout pour obtenir une purée moelleuse.

Réservez au chaud.

### Les filets de poulet

-Dans une cocotte faites chauffer l'huile d'olive.

Faites revenir les échalotes émincées et l'ail pressé avec un presse-ail à feu doux durant cinq minutes, les échalotes commencent à fondre mais ne sont pas colorées.

-Introduisez le vinaigre balsamique et laissez confire quelques minutes supplémentaires à feu doux en remuant constamment.

-Intégrer ensuite les filets de poulet découpés en petits morceaux et continuez à cuire en remuant.

-**Au dernier moment ajoutez la poudre de cacao** et un peu d'eau. (je vais essayer avec le chocolat qui me reste de Pâques !!!)

-Remuez pour que tous les morceaux de poulet soient bien enrobés de cacao.

Salez et poivrez à votre goût.

Servez avec les légumes en compotée.

**Elle me plaît beaucoup cette recette pourquoi pas une purée de patates douces et échalotes seulement ?**