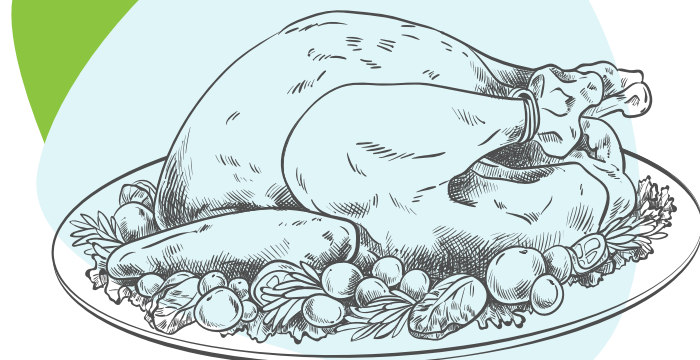


Recette parfaite
pour la cuisine collective

Poulet rôti



Pour calculer la quantité nécessaire pour chaque aliment : Quantité de la recette de base X nombre de recettes = quantité totale

Portions de la recette de base : 8
Temps de préparation : 40 minutes
Temps de cuisson : 1 h 30

Aliment	Qté	Nbr de recettes	Qté totale
Poulet entier de 5 à 6 livres	1		
Sel et poivre			
Thym séché	5 ml (1 c. à thé)		
Citron, coupé en 2 sur la longueur	1		
Tête d'ail, coupée en 2 sur la longueur	1		
Beurre fondu ou huile d'olive	30 ml (2 c. à soupe)		
Gros oignon jaune coupé en grosses tranches	1		
Carottes en tronçons	4		
Huile d'olive	15 ml (1 c. à soupe)		

Préparation

Préchauffer le four à 425 °F.

Placer les oignons et les carottes dans une rôtissoire. Mélanger de l'huile d'olive, saler et poivrer.

S'il y a lieu, retirer les abats du poulet. Saler, poivrer et ajouter le thym dans la cavité du poulet et frotter la peau du poulet. Insérer le citron et l'ail. Répartir le beurre fondu (ou l'huile d'olive) sur la peau du poulet, saler et poivrer. Placer le poulet sur les légumes.

Rôtir le poulet pendant 1 h 30, ou jusqu'à ce que la température interne atteigne 180 F. Couvrir le poulet avec du papier d'aluminium et laisser reposer 20 minutes avant de servir.

