



## POULET AUX ABRICOTS SANS GLUTEN

Temps de préparation: 20 minutes

Temps de cuisson: 60 minutes

Portions: 6 à 8

### INGRÉDIENTS:

- 4 poitrines de poulet désossées, sans la peau, coupées en morceaux (environ 12 morceaux)
- 20 ml (4 c. à café) de [farine de base sans gluten \(pour sauce\)](#)
- 60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive
- 2 oignons hachés
- 2 gousses d'ail hachées
- Un paquet de 227 g de champignons tranchés
- 85g (1/2 tasse) [d'abricots séchés hachés](#)
- Un poivron rouge haché
- 60 ml (1/4 tasse) de vin blanc sec
- 500 ml (2 tasses) de [bouillon de poulet](#)
- 113 ml (un petit bol soit environ 1/2 tasse) de pêches en dés en conserves
- 15 ml (1 c. à soupe) de persil frais haché
- Sel et poivre du moulin au goût

### PRÉPARATION:

1. Mettre en purée les pêches en conserves. Réserver.
2. Dans une casserole, chauffer la moitié de l'huile d'olive à feu moyen-élevé et faire dorer les morceaux de poulet de chaque côté. Saler et poivrer. Retirer le poulet de la casserole. Réserver.
3. Dans la même casserole, chauffer le reste de l'huile d'olive à feu moyen et cuire les oignons, l'ail, les champignons, les abricots et le poivron jusqu'à tendreté.
4. Déglacer avec le vin blanc et cuire en remuant jusqu'à ce que presque tout le liquide soit évaporé.
5. Remettre les morceaux de poulet dans la casserole, ajouter la farine et mélanger.
6. Ajouter le bouillon, la purée de pêche et porter à ébullition.
7. Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 45 minutes.
8. Rectifier l'assaisonnement au besoin. Saupoudrer de persil.