



LE KG

9€
99

Poulet fermier⁽ⁿ⁾
CARREFOUR BIO
Élevé en plein air, Jaune ou Blanc.

-30%
SUR LE 2^{ÈME}

Vendu seul
**5€
39**
Le kg : 25,67 €

Le 2^{ème} produit
**3€
77**



4.6/5
329 avis

**Châtaignes pelées au feu
CARREFOUR BIO**
210 g.
Soit les 2 produits : 9,16 €
Soit le kg : 21,81 €

-20%
SUR LE 2^{ÈME}

Vendu seul
**2€
25**
Le kg : 6,25 €

Le 2^{ème} produit
**1€
80**



**Haricots verts extra-fins coupés
CARREFOUR BIO**
Extra fin coupés ou Extra-fins, 72 cl.
Soit les 2 produits : 4,05 €
Soit le kg : 5,63 €

-20%
SUR LE 2^{ÈME}

Vendu seul
**3€
99**
Le L : 6,65 €

Le 2^{ème} produit
**3€
19**

**Crème fluide entière^(m)
CARREFOUR BIO**
30% M.G. dans le produit fini,
3 x 20 cl.
Soit les 2 produits : 7,18 €
Soit le L : 5,98 €



4.5/5
187 avis

Carrefour
BIO

AB
AGRICULTURE
BIOLOGIQUE

BLANQUETTE DE POULET AUX CHÂTAIGNES ET HARICOTS VERTS

INGRÉDIENTS (4 pers.)

- 4 filets de poulet fermier
- 1 oignon
- 400 g de haricots vert
- 200 g de châtaignes pelées au feu
- 20 cl de crème fluide entière
- 30 g de beurre
- 30 g de farine
- Sel, poivre
- Bouquet garni

PRÉPARATION

1. Éplucher et couper l'oignon en quartiers.
2. Couper le poulet en morceaux.
3. Faire fondre le beurre dans une cocotte.
4. Faire revenir les morceaux de poulet jusqu'à légère coloration.
5. Ajouter l'oignon, le bouquet garni, saler et poivrer.
6. Couvrir d'eau et laisser mijoter 30 minutes à feu doux.
7. Ajouter les châtaignes pelées et poursuivre la cuisson 10 minutes.
8. Cuire les haricots verts à la vapeur ou dans de l'eau bouillante salée.
9. Dans un bol, délayer la farine avec la crème fluide.
10. Incorporer ce mélange dans la cocotte, bien mélanger pour épaissir la sauce.
11. Laisser mijoter encore 5 minutes sans faire bouillir. Retirer le bouquet garni et servir chaud, accompagné des haricots verts.



Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé. Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.mangerbouger.fr



Retrouvez toutes nos actions concrètes pour mieux manger en magasin et sur carrefour.fr