

Marché



ORIGINE ITALIE

PRIX COÛTANTS*

CETTE SEMAINE, SUR LA BARQUETTE DE POT AU FEU ET LE RAISIN BLANC SANS PÉPINS



ORIGINE FRANCE



LE DOIGT
0,50€

BANANE ÉQUITABLE
3,4,5 ou 6 fruits.

ORIGINE FRANCE

LE KG
3,19€

POIRE WILLIAMS
Cat. 1.

ORIGINE FRANCE



POULET MIJOTÉ AUX RAISINS (4 PERSONNES)

Ingédients

4 cuisses de poulet • 4 échalotes • 500 g de raisins blancs • 4 cuillères à soupe de farine • 50 cl d'eau • 20 cl de vin blanc • 1 cube cube de bouillon de volaille • 2 cuillères à soupe d'huile d'olive • 25 g de beurre • 2 gousses d'ail • 4 brins de thym • 4 brins de persil • Poivre et sel

Préparation

- Faites dorer les cuisses de poulet à bon feu, des 2 côtés, dans une large cocotte avec le beurre et la moitié de l'huile d'olive. Retirez-les et faites revenir les échalotes hachées 5 min à feu doux, en ajoutant le reste de l'huile dans la cocotte. Joignez les gousses d'ail pressées et la moitié du thym. Mélangez 1 min.
- Saupoudrez de farine, mélangez 1 min, puis ajoutez progressivement le vin blanc et l'eau, tout en mélangeant.
- Ajoutez le cube bouillon émiété et les cuisses de poulet. Laissez mijoter 20 min à découvert. Ajoutez les raisins et poursuivez la cuisson pendant 20 min supplémentaires.
- Ajoutez le reste du thym et le persil haché. Servez chaud, avec l'accompagnement de votre choix.

Astuces et conseils

- Pour intensifier les saveurs, fais revenir les raisins quelques minutes dans une noisette de beurre avant de les incorporer à ton mijoté. Ils caraméliseront légèrement et donneront une touche encore plus gourmande à ton plat. Tu peux aussi remplacer une partie de l'eau de cuisson par du vin blanc ou du bouillon pour enrichir la sauce.



LE FILET

2,29€

POMME DE TERRE BIO
Cat. 2, cal. 40/70mm, 1,5 kg.
Soit 1,53€ le kg.

ORIGINE FRANCE



Les infos *nutrition* de Pauline
DIÉTÉTICIENNE-NUTRITIONNISTE

Faites de la pomme votre alliée quotidienne ! Elle booste votre digestion, renforce votre immunité avec sa vitamine C et protège votre cœur grâce à ses puissants antioxydants.



1€

POMME BICOLORE
Cat. 1, X 4.

ORIGINE FRANCE



LE KG
2,99€

AUBERGINE
Cat. 1.

ORIGINE ESPAGNE



LE KG
2,49€

COURGETTE
Cat. 1.

ORIGINE ESPAGNE

Offre réservée aux particuliers, limitée à 6 produits maximum achetés sur la durée de l'opération.

OFFRES VALABLES DU MARDI 4 AU SAMEDI 8 NOVEMBRE 2025

RETROUVEZ TOUS LES DÉTAILS DU PROGRAMME SUR WWW.MANGERBOUGER.FR