

Le secret d'un poulet rôti aux herbes de Provence parfait

Ingrédients nécessaires

- 1 poulet entier (poids idéal entre 1,2 kg et 1,6 kg)
- 2 à 3 cuillères à soupe d'herbes de Provence
- Huile d'olive ou beurre pommade
- Sel et poivre du moulin
- 1 demi-citron ou 1 tête d'ail coupée en deux pour l'intérieur
- Ficelle de cuisine pour brider

Préparation avant cuisson

- Préchauffez votre four à 180°C (350°F) pour saisir la peau immédiatement.
- Séchez soigneusement le poulet avec du papier absorbant : c'est l'étape clé pour obtenir une peau croustillante.
- Assaisonnez généreusement l'intérieur de la cavité avec le sel, le poivre et les aromates (citron ou ail).
- Mélangez les herbes de Provence avec la matière grasse choisie et badigeonnez l'ensemble du poulet.
- Bridez le poulet avec la ficelle de cuisine pour assurer une cuisson homogène et une présentation soignée.

La cuisson maîtrisée

- Comptez environ 45 à 60 minutes de cuisson par kilogramme.
- Arrosez régulièrement le poulet avec son jus de cuisson toutes les 20 à 30 minutes pour une coloration dorée.
- Vérifiez la température à cœur avec une sonde : elle doit atteindre 74°C (165°F) pour garantir la sécurité alimentaire.

Le repos indispensable

- Sortez le poulet du four une fois la température atteinte.
- Laissez reposer la viande pendant 10 à 15 minutes avant de découper.
- Ce temps de repos permet aux jus de se répartir uniformément, garantissant une chair tendre et savoureuse.