



Poulet Mole poblano

**4h10**

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

3h10

CUISSON

0

REPOS

910

CALORIES

Étape 1

Préparation des ingrédients du mole

- 1 Retirer la tige des piments ancho, les ouvrir et les secouer pour retirer les pépins.
- 2 Faire de même avec les piments mulato.
- 3 Puis les piments guajillo. Réserver les piments dans un saladier.
- 4 Râper du piloncillo à l'aide d'un couteau éminceur.
- 5 Le piloncillo peut être remplacé par du sucre de Cannes.
- 6 Couper le pain en morceaux.
- 7 Couper les extrémités de la banane plantain, inciser la peau sur la longueur et la retirer. La découper en morceaux.
- 8 Ecraser les gousses d'ail à l'aide du plat de la lame du couteau puis les hacher grossièrement.
- 9 Couper les oignons en deux dans la longueur puis retirer la peau. Les couper grossièrement.
- 10 Faire chauffer une cocotte avec du saindoux. Mettre les piments au fond et faire chauffer.
- 11 Les piments sont cuits quand ils deviennent souples et plus clairs.
- 12 Cuire les piments par petits groupes, puis les

Ingrédients
pour **10** personnes

Ingrédients pour le poulet

10 **Cuisse(s) de poulet**

Ingrédients pour le mole

1.8 litre(s) **Bouillon de volaille**
10 **Piment(s)**
5 **Piment(s)**
5 **Piment(s)**
2 **Petit(s) pain(s) individuel(s)**
1 **Banane plantain**
3 **Tomate(s)**
3 **Tomatille(s)**
2 **Oignon(s)**
4 **Tortilla(s) - Galette de blé ou de maïs**
100 g **Sucre roux**
100 g **Amande(s) effilée(s)**
100 g **Cacahuète(s)**
50 g **Chocolat noir**
100 g **Abricot sec**
50 g **Graine(s) de courge**

débarrasser dans une assiette.

- 13 Remettre du saindoux et ajouter les amandes. Quand elles sont dorées, les débarrasser avec les piments.
- 14 Puis ajouter les cacahuètes. Les débarrasser avec le reste des ingrédients quand elles sont dorées.
- 15 Procéder de même avec les graines de courge et les graines de sésame.
- 16 Puis les abricots séchés, les raisins secs blonds et les raisins secs noirs. Les débarrasser.
- 17 Ajouter du saindoux puis le pain en morceaux. Une fois doré, le débarrasser avec les autres ingrédients.
- 18 Remettre du saindoux, puis les oignons et la plantain. Les faire revenir puis les débarrasser avec les autres ingrédients.
- 19 Finir avec les tomates et les tomatilles. Puis mettre le faitout de côté.
- 20 Mettre une poêle sur feu moyen, ajouter le poivre noir concassé, le cumin moulu, la cannelle mexicaine, l'origan mexicain, les graines d'anis, les piments de Jamaïque. Les faire revenir pendant quelques secondes puis les verser dans le plat avec les autres ingrédients.
- 21 Remettre le faitout sur le feu. Y verser le fond de volaille puis ajouter le piloncillo. Amener à petite ébullition.
- 22 Poser les tortillas sur la flamme pour les griller, puis les déchirer et les ajouter aux autres ingrédients.

Étape 2

Cuisson du mole

- 1 Quand le fond de volaille est à ébullition, le verser sur les ingrédients réservés.
- 2 Au moment de mixer des ingrédients chauds, retirer le capuchon pour laisser la vapeur s'échapper.
- 3 A l'aide d'une écumoire, mettre les ingrédients dans le blender. Procéder par petites quantités en remplissant le blender au tiers et en ajoutant un peu de liquide.
- 4 Couvrir l'ouverture avec un torchon et mixer. Puis verser le mélange dans un saladier.
- 5 Procéder de même avec le reste des ingrédients.
- 6 Mettre à chauffer le même faitout, non lavé, ajouter du saindoux.
- 7 Le fait de faire frire deux fois une préparation est une particularité de la cuisine mexicaine.
- 8 Quand le saindoux est chaud, ajouter la pâte de mole. Mélanger. Goûter.
- 9 Il est normal que le mole soit encore un peu amer, cela doit s'atténuer avec la cuisson.
- 10 Assaisonner de sel. Continuer la cuisson pendant 20 minutes.
- 11 Au bout de 20 minutes, retirer le mole du feu et le mixer à nouveau. Il faut obtenir une texture très fine.
- 12 Puis passer le mole dans un chinois posé sur un saladier pour obtenir une texture encore plus soyeuse.

séchée(s)

50 g **Raisins secs**
50 g **Raisins secs**
200 g **Saindoux**
4 c. à soupe **Graines de sésame**
4 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**

Ingrédients pour les épices

1 c. à soupe **Poivre Mignonette**
1 c. à soupe **Cannelle en poudre**
1 c. à soupe **Cumin (en poudre)**
0.5 c. à soupe **Graine(s) d'anis vert**
1 c. à soupe **Origan séché**
3 grain(s) **Piment(s)**

Étape 3

Deuxième cuisson du mole

- 1 Mettre à nouveau le faitout sur le feu avec du saindoux.
- 2 Verser alors le mole dans le faitout et laisser mijoter.
- 3 Ajouter le chocolat coupé en morceaux. Mélanger.
- 4 Choisir un chocolat mexicain déjà sucré, ou, à défaut, du chocolat noir. Dans ce cas, goûter et ajouter du sucre si nécessaire.
- 5 La cuisson rend le mole plus doux et plus foncé.
- 6 Continuer la cuisson pendant deux heures.
- 7 Le mole est cuit quand la surface est brillante et la couleur bien foncée.

Étape 4

Préparation de la garniture

- 1 Préchauffer le four à 160 °C (Th. 5-6).
- 2 Assaisonner les cuisses de poulet avec du sel sur les deux faces.
- 3 Les disposer dans un plat et les recouvrir de sauce.
- 4 Mettre au four pendant 40 minutes.

Étape 5

Dressage

- 1 Au bout de 40 minutes, sortir le poulet du four.
- 2 Peler un oignon blanc et couper quelques fines rondelles.
- 3 Etaler le dessus de la sauce avec une cuillère.
- 4 Décorer le plat de rondelles d'oignons et de graines de sésame.