

# Poutine maison

Source de la recette :

<http://alexcuisine.com/recettes/recette-pour-les-becs-sucre-estivaux-yogourt-glace-maison/>

**Portions : 6 portions d'accompagnement**

**Préparation : 20 minutes**

**Cuisson : 20 minutes (environ 30 minutes)**



Recettes des  
ateliers-bouffes  
de la  
Maison des jeunes  
L'Envol  
de Sainte-Foy

## Ingrédients

### Frites :

- ✓ **6 pommes de terre blanches moyennes lavées et coupées en bâtonnets avec la pelure (ou 1 kg / 2 lb de pommes de terre)**
- ✓ **30 ml. (2 c. à soupe) d'huile d'olive**
- ✓ **Sel**

### Sauce :

- ✓ **30 ml (2 c. à soupe) de beurre**
- ✓ **1 oignon jaune tranché**
- ✓ **500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet réduit en sodium**
- ✓ **45 ml (3 c. à soupe) de fécule de maïs**
- ✓ **30 ml (2 c. à soupe) de sauce soya**
- ✓ **5 ml (1 c. à thé) de poudre d'ail**
  
- ✓ **1 sac de 200 g (7 oz) de fromage en grains**

## Préparation

### Frites

- ✓ **Préchauffer le four à 200C (400F). Placer la grille au centre du four. Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.**
- ✓ **Déposer les pommes de terre dans un grand bol. Ajouter l'huile et bien mélanger.**
- ✓ **Transvider les frites sur la plaque de cuisson en évitant qu'elles se superposent. Saupoudrer de sel.**

- ✓ **Cuire au four 20 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Pour des frites plus croustillantes, terminer la cuisson 3 minutes sous le gril (*broil*) si désiré.**

## **Sauce**

**Dans un poêlon antiadhésif, faire fondre le beurre à feu moyen-vif. Ajouter les oignons, bien mélanger pour enrober de beurre et cuire 8 minutes sans remuer.**

**Remuer les oignons et poursuivre la cuisson 4 minutes.**

**Pendant ce temps, dans un bol, fouetter le bouillon de poulet, la fécule de maïs, la sauce soya et la poudre d'ail pour dissoudre complètement la fécule.**

**Verser le liquide dans le poêlon et poursuivre la cuisson 3 minutes en remuant constamment ou jusqu'à épaississement de la sauce.**

**Transvider dans le mélangeur électrique (*blender*) et mixer pour obtenir une texture lisse et homogène. Il ne doit pas y avoir de morceaux d'oignons visibles.**

**Déposer les frites dans de petits bols. Garnir de fromage en grains puis recouvrir de sauce chaude.**

**La sauce se conserve 3 jours au réfrigérateur ou 3 mois au congélateur.**