

Ragoût de poulet et tomates à la mijoteuse



Ingrédients :

3 grosses poitrines de poulet en cubes
30 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola
5 pommes de terre pelées et coupées en dés
2 boîtes (796 ml ou 28 oz) de tomates en dés
30 g (2 c. à soupe) de base pour sauce marinara
250 ml (1 tasse) de carottes coupées en tronçons
1 oignon moyen coupé en petits dés
2 feuilles de laurier 1W9L051
500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet MC-12007

Préparation :

1. Dans un bol, broyer les tomates avec les mains pour les défaire un peu. Ajouter la base marinara avec un peu d'huile. Réserver.
2. Dans un poêlon, faire chauffer l'huile à feu vif. Colorer les cubes de poulet puis les placer dans la mijoteuse.
3. Verser la sauce tomate, le bouillon de poulet et le reste des ingrédients dans la mijoteuse. Remuer.
4. Couvrir et cuire 2 à 3 heures à haute intensité.