



## Gumbo à la Disney

- 2 Andouille ou saucisses fumées, en dés
- 1 livre de hauts de cuisse de poulet désossés et sans peau, coupés en morceaux de 2 pouces
- ¼ Tasse de Jambon Tasso, coupé en dés (vous pouvez omettre si vous ne le trouvez pas)
- 3 branches de céleri, coupées en dés
- 1 oignon moyen, coupé en dés
- ½ Poivron vert en dés
- 4 gousses d'ail, hachées
- 1 grosse tomate, coupée en dés
- 2 tasses de gombo coupé congelé
- 5 ½ Tasses de bouillon de poulet, divisé
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 ½ c. à café de sel casher
- 2 c. à café de poivre noir moulu
- ¼ c. à thé de poudre d'oignon
- ⅓ c. à thé d'origan séché
- ⅓ c. à thé Feuilles de thym
- 1 feuille de laurier
- 2 c. à thé de d'épices à Gumbo (voir note)
- 1 tasse de beurre
- 1 ⅓ Tasses de farine tout usage
- Riz blanc à grains longs cuit, vous aurez besoin de ½-1 tasse de riz cuit par portion
- Oignons verts, parties vertes hachées pour la garniture



### MÉTHODE

Faire le roux brun sur la cuisinière en faisant fondre 1 tasse de beurre dans une casserole à feu doux. Une fois le beurre fondu, ajouter 1 ⅓ Tasses de farine et bien fouetter. Régler le feu à moyen et fouetter constamment, il commencera à ressembler à une pâte épaisse et s'éclaircira une fois qu'il commencera à brunir. Lorsque la couleur commence à ressembler au beurre d'arachide, baisser le feu et continuer à fouetter jusqu'à ce qu'elle ressemble à du chocolat, l'enlever du feu et continuer à fouetter pendant une minute. Cette étape devrait prendre de 10 à 15 minutes. Laisser refroidir le roux.

Sur l'instant pot choisir Sauté à feu vif, une fois chauffée ajouter 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, les dés d'Andouille, les dés de Jambon Tasso et faire sauter pendant environ 1 minute. Ajouter le céleri, l'oignon, le poivron et l'ail haché - faire sauter pendant encore 3 minutes. Appuyez sur Annuler pour désactiver le mode Sauté.

Ajouter 1 ½ cuillère à café de sel casher, 2 cuillères à café de poivre noir moulu, ¼ cuillère à café de poudre d'oignon, ⅛ cuillère à café d'origan séché, ⅛ cuillère à café de feuilles de thym, 1 feuille de laurier, cuisses de poulet, tomates en dés et 3 tasses de fond de volaille. Fermer l'Instant Pot et réglez-le sur manual/pressure cook Haute pendant 2 Minutes. Une fois la cuisson terminée, procéder avec précaution à un dégagement rapide de la vapeur. Lorsque la goupille tombe, ouvrez le couvercle.

4)

Ajouter 2 ½ Tasses de bouillon de poulet au roux et bien fouetter pour qu'il soit lisse - ajouter ceci à l'Instant pot , avec 2 tasses de gombo coupé et bien mélanger. Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction keep warm. Choisissez Sauté à feu vif, continuez à remuer jusqu'à ce que le gumbo commence à mijoter, laissez-le mijoter pendant environ 3 minutes, puis appuyez sur Annuler pour désactiver le mode Sauté. Incorporer 2 cuillères à café de Gumbo File. Goûter et assaisonner avec plus de sel et de poivre si nécessaire.

Servir avec du riz blanc à grains longs et garnir d'oignons verts hachés. Si vous l'aimez épicé comme moi, ajoutez quelques gouttes de sauce piquante et un peu de poivre de Cayenne.

Note;

Les épices à Gumbo peuvent se retrouver dans certaines épiceries (déc.2019 vu chez iga)

Sinon voici la recette d'un mélange cajun;

2 cuillères à soupe de poudre d'oignon

2 cuillères à soupe de poudre d'ail

2 cuillères à soupe d'origan

2 cuillères à soupe de basilic séché

1 cuillère à soupe de thym séché

1 cuillère à soupe de poivre noir

1 cuillère à soupe de poivre blanc

1 cuillère à soupe de cayenne

5 cuillères à soupe de paprika

3 cuillères à soupe de sel

<https://foodisafourletterword.com/recipe/instant-pot-disneylands-blue-bayou-gumbo-recipe/>