

# Poulet à la Fronton

## Ingrédients

1 poulet fermier  
Huile d'olive  
3 cuil à soupe de garum  
(nuoc-mam)  
Bouquet garni avec 1  
poireau, coriandre  
fraîche et aneth fraîche  
ou en poudre  
Sarriette  
Poivre  
Un quart de verre de  
defritum\* (ou porto ou  
marsala)

**Faire revenir un poulet dans l'huile  
d'olive sur toutes les faces .**

**Assaisonner au garum.**

**Ajouter le bouquet garni, l'aneth,  
la sarriette.**

**Ajouter un verre d'eau.**

**Cuire à feu doux.**

**La cuisson terminée, arroser de  
defritum .**

**Poivrer et servir !**

• Defritum : vin cuit obtenu par réduction du moût de raisin de moitié