

Poulet au lait de coco



Shopping : pour 4 ou 5 personnes

- 800g de filets de poulet
- 400 à 500 g de lait de coco
- 2 petites tomates
- 1 gousse d'ail
- huile d'olive
- 1 ou 2 citrons (verts pour moi)
- épices : curry, cumin, curcuma, sel, poivre, 5 baies, et fleur de sel

La process:

- Mettez la viande coupée en grosses lanières à mariner quelques minutes avec le jus de citron, du sel et du poivre (facultatif).
- Faire dorer à l'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive ou une sauteuse, et assaisonnez selon votre goût avec les épices (le curry étant majoritaire pour moi, environ 0.5 cuillère à soupe, et quelques pincées du reste).
- Pendant ce temps, émincer les oignons et les tomates.
- Les rajouter et faire suer quelques minutes.
- Verser le lait de coco. Ramener à petite ébullition.
- Laisser cuire à feu doux sans couvercle de 15 à 30 min (on peut faire plus), le temps de faire épaissir le lait de coco.
- Rectifier l'assaisonnement (pensez à la fleur de sel et au poivre de sichuan) et servir avec du riz basmati.