



- CAROLE'S Touch -

POULET AU CURRY

Ingrédients :

Pour 4 personnes :
400 g de blancs de poulet
1 gros oignon
Huile d'olive
1 càs rase de curry doux
200 ml de lait de coco
Sel et poivre

Préparation :

Eplucher et couper l'oignon en deux puis en lamelles très fines.

Couper le poulet en cubes de 2 cm. Dans une poêle les faire revenir à l'huile d'olive à feu vif sur toutes les faces.

Réserver.

Dans la poêle, faire revenir les lamelles d'oignon à feu moyen jusqu' à ce qu'elles soient légèrement dorées. Saupoudrer de curry et faire dorer 1 mn supplémentaire en remuant.

Baisser le feu et ajouter le lait de coco, saler et poivrer et faire mijoter à feu doux pendant 5mn.

Ajouter les cubes de poulet et laisser mijoter à feu doux encore 5 mn.

Trucs et Astuces :

Le curry se trouve sous forme de poudre ou de pâte. Selon sa composition, il peut être très doux ou très fort (pimenté), utiliser l'un ou l'autre en fonction des goûts de chacun.