

## Émincé de poulet flambé au rhum

Pour 4 personnes:

- 4 escalopes de poulet
- 1 oignon
- 1 poivron rouge
- 1 gousse d'ail
- 5 cl de rhum
- 40 cl de lait de coco
- 1 cs d'[épices à colombo](#)
- 1 cs de fond de volaille en poudre
- ciboulette, persil (selon vos goûts)



Tailler le poulet en lanières. Peler et émincer l'oignon. Couper le poivron (pelé ou non) en lanières.

Dans une sauteuse antadhésive, faire dorer le poulet sans matière grasse avec l'oignon, le poivron et l'ail écrasé. Quand tout est bien doré, verser le rhum et flamber (attention, pensez d'éteindre la hotte!).

Quand il n'y a plus de flammes, verser le lait de coco et ajouter les épices et le fond de volaille. Laisser mijoter une quinzaine de minutes (30 dans la recette d'origine). Saupoudrer d'herbes.

Servir avec du riz.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com>