

Fricassée de poulet au curry

Pour 3-4 personnes:

- 200 g de riz basmati
- 400 g d'escalopes de poulet
- 1 petite pomme (type granny smith)
- 2 oignons
- 1 cs de curry
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 boîte de pulpe de tomate (400 g)
- 25 cl de bouillon de volaille
- 1/2 pot de yaourt
- 1 cs de coriandre ciselée
- sel



Quand Nad cuisine...

Couper les escalopes en lanières et les saupoudrer de curry.

Dans une sauteuse (ou un wok), faire revenir les oignons émincés dans l'huile chaude. Ajouter le poulet et la pomme en petits dés. Laisser dorer 5 min et ajouter le bouillon de volaille et la pulpe de tomate. Couvrir et laisser mijoter 10 min.

Pendant ce temps, faire cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante. Égoutter et réserver au chaud.

Retirer le couvercle de la sauteuse et rectifier l'assaisonnement. Laisser réduire la sauce puis hors du feu ajouter le yaourt. Mélanger et servir saupoudré de coriandre ciselée, avec le riz.



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