





RECETTE AVEC



Poulet sauce soja
et riz aux épices



Préparation : 30 min
3 personnes
Cuisson : 20 min

Ingrédients

Pour le riz

- 540 ml eau
- 230 g riz
- 160 ml lait de coco
- 50 g oignon rouge
- 10 g beurre clarifié ghee
- curry
- cumin
- sel

Pour le poulet

- 450 g filet de poulet
- 80 ml sauce soja salée
- 65 g oignon rouge
- 45 g sucre complet
- 20 g beurre clarifié ghee
- 15 ml jus de citron
- 2 gousses ail
- graine de sésame

Pour le riz

- Versez le riz dans un récipient avec son eau et laissez reposer pendant 3h, le temps que le riz gonfle.
- Épluchez et émincez l'oignon. Versez-le dans la poêle et ajoutez le beurre clarifié. Une fois doré et cuit, versez le riz et l'eau dans une casserole et faites-le cuire sur feu doux jusqu'à ce que l'eau soit complètement évaporée.
- Ajoutez ensuite le lait de coco. Mélangez et ajoutez les différents épices ainsi que le sel.
- Mélangez et laissez le riz mijoter jusqu'à ce que toute la sauce soit absorbée. Laissez-le reposer.

Pour le poulet

- Coupez les filets de poulet en morceaux. Versez-les ensuite dans une grande poêle avec le beurre clarifié, les gousses d'ail épluchées et pressées et l'oignon épluché et émincé. Mélangez et faites dorer le tout sur feu moyen.
- Ajoutez alors la sauce soja, le jus de citron, le sucre complet et une pincée de sel. Mélangez et laissez mijoter sur feu doux. Mélangez de temps à autre et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la sauce s'épaississe et englobe bien tous les morceaux de poulet.
- Servez ensuite le riz dans une assiette creuse avec les morceaux de poulet et saupoudrez les graines de sésame. Dégustez aussitôt.

