

Bon appétit!



**RIZ À L'ANANAS
AVEC DU POULET TANDOORI**

ÉCOLE INTERNATIONALE JAMES COOK
NOUMÉA - CLASSE CM1 ENG SPEAKERS -
2022



Préparation : 45 min

4 personnes

Cuisson :

RIZ À L'ANANAS AVEC DU POULET TANDOORI

Ingrédients

- 200 g de riz
- 5g de morceau d'ananas
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Tranche $\frac{1}{2}$ oignon
- 6 gousses d'ail coupées en fines tranches
- 1 cuillère à café les graines de cumin
- 1/2 cuillère à café les graines du fenugrec
- 1/2 cuillère à café de poudre de cannelle
- 4 clous de girofle
- 2g de cubes de gingembre
- 1 1/2 cuillère de café de sel
- 1 cuillère à soupe de Massale tandoori
- 2 tasses d'eau
- 4 cuisses de poulet
- 1 tige de Céleri blanche coupée en tranches
- 25 g de chou chine pomme découpé en tranches
- 1 botte de coriandre coupé en petits morceaux

1. Mettre du riz dans l'autocuiseur et le rincer avec de l'eau. Ajouter de l'eau jusqu'à la première phalange.
2. Ajouter les morceaux d'ananas dans l'autocuiseur, laisser cuire pendant 20 minutes et mettre de côté.
3. Bouillir les 4 cuisses de poulet avec de l'eau dans une casserole et mettre de côté après les avoir égouttés.
4. Dans une poêle mettre une cuillère à soupe d'huile d'olive, $\frac{1}{8}$ de tranches d'oignon, la moitié de l'ail tranchée, des graines de cumin, les graines du fenugrec, du gingembre, de la cannelle, les clous de girofle, $\frac{1}{2}$ cuillère à café de sel, du Massale tandoori, 2 tasses d'eau et mélanger. Laisser cuire pendant 5 minutes.
5. Rajouter les quatre cuisses de poulet bouillies dans la poêle et mélanger. Cuire jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau. Garnir les cuisses de poulet avec de la coriandre et mettre de côté.
6. Mettre la dernière cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle, y ajouter les restant d'oignons, d'ail, du sel et ajouter le céleri et mélanger jusqu'à ce que les oignons deviennent bruns dorés. Y ajouter le chou de chine pomme et mélanger.
7. Cuire pendant 10 minutes et mettre de côté.
8. Dresser l'assiette comme dans l'image ou selon votre goût et servir chaud.