

Dés de poulet au curry et à l'ananas

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- 400 g de blanc de poulet
- 2 c à café de curry en poudre
- 2 c à soupe de farine
- sel
- poivre
- 10 – 15 cl de bouillon de volaille
- 8 rondelles d'ananas au sirop
- 2 c à soupe de crème fraîche



Recette:

- Coupez les blancs de poulet en dés.
- Mélangez le curry, la farine, le sel et le poivre.
- Roulez les dés de poulet dans ce mélange pour bien les enrober.
- Mettez le tout dans une poêle contenant du beurre chaud et laissez cuire quelques minutes.
- Ajoutez ensuite le bouillon, un peu de sirop et les rondelles d'ananas coupées en dés. Bien mélangez.
- Laissez cuire doucement à couvert pendant 10 minutes.
- Ajoutez alors la crème fraîche et laissez épaissir encore 2 minutes.
- Servez avec du riz.