

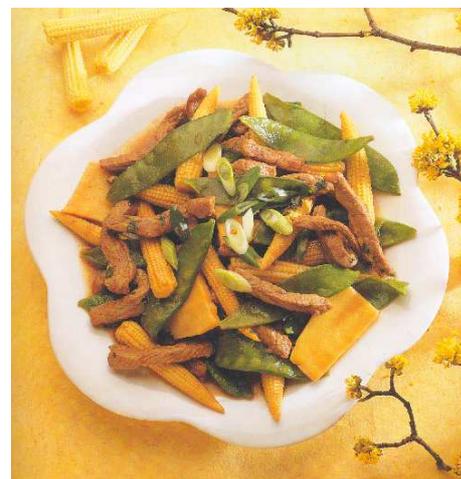
## Poulet à la sauce de poisson

**Nombre de personnes:** 4

**Temps de préparation:** 45 minutes

### Ingrédients:

- |                           |                |
|---------------------------|----------------|
| - BLANC(S) DE POULET      | 500g           |
| - HUILE D'OLIVE           | 2 c à soupe    |
| - CUMIN EN POUDRE         | 1 bonne pincée |
| - CORIANDRE EN POUDRE     | 1 bonne pincée |
| - EPI(S) DE MAIS          | 175g de minis  |
| - POUSSÉS DE BAMBOU       | 115g           |
| - MANGE-TOUT (HARICOTS)   | 175g           |
| - SAUCE POISSON (CHINOIS) | 3 c à soupe    |
| - CASSONADE BLANCHE       | 2 c à café     |
| - BOUILLON DE BOEUF       | 15cl           |
| - FECULE DE MAIS          | 1 c à café     |
| - CIBOULETTE              |                |



### Recette:

- Coupez le poulet en fines tranches.
- Chauffez l'huile dans le wok et faites-y frire le poulet à feu vif pendant 5 minutes.
- Saupoudrez des épices moulues et laissez frire encore 1 minute.
- Ajoutez tous les légumes, puis versez la sauce de poisson, le sucre, le bouillon et portez à ébullition tout en remuant.
- Délayer la fécule de maïs avec 1 c à soupe de sauce. Versez dans le wok et laissez épaissir.
- Garnissez de ciboulette et servez avec du riz.