

SAUTÉ DE POULET AU SÉSAME ET AU POIREAU

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 35 minutes

Ingrédients:

- GRAINES DE SÉSAME	2 c à soupe
- HUILE DE SÉSAME	2 c à soupe
- BLANC(S) DE POULET	800g
- BLANC(S) DE POIREAUX	1
- AIL EN POUDRE	1 c à café
- SAUCE AU SOJA	2 c à soupe
- SAKE (ALCOOL CHINOIS)	1 c à soupe
- SUCRE SEMOULE	1 c à café
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Faites chauffer une sauteuse et faites-y griller les graines de sésame pendant 2 minutes. Réservez-les sur une assiette.
- Coupez le poulet en lamelles.
- Coupez le poireau en fins filaments.
- Faites chauffer l'huile de sésame avec un peu de beurre et faites-y revenir le poulet coupé en lamelles. Poivrez.
- Ajoutez les filaments de poireau et laissez encore cuire 2 minutes.
- Arrosez avec la sauce au soja, le saké et ajoutez le sucre et les graines de sésame. Homogénéisez le tout et servez immédiatement.

Remarque:

Servez avec des pâtes chinoises ou de la semoule.

