

Papillote de Poulet à l'Indienne

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Marinade : 3 heures

Ingrédients:

- BLANC(S) DE POULET	4 beaux
- CELERI	1.5 c à soupe émincé (vert)
- POMME(S) JONAGOLD	1
- RAISINS SECS	2 - 3 c à soupe
- CURRY	2 c à café
- PAPRIKA	1 c à café
- LAIT DE COCO	2 x 165 ml
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Dans un plat, mélangez le lait de coco, le curry, le paprika, sel et poivre.
- Coupez les blancs de poulets en 2 puis faites-les mariner dans le mélange au lait de coco. Réservez au frais au moins 3 heures.
- Au moment de la cuisson, émincez le céleri finement.
- Ajoutez-les à la marinade ainsi que les raisins secs. Mélangez.
- Coupez la pomme (sans l'éplucher) en fins bâtonnets.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Etalez une feuille d'aluminium, placez un morceau de poulet au centre. Disposez quelques bâtonnets de pomme sur le sommet. Arrosez de marinade avec céleri et raisins secs.
- Refermez la papillote soigneusement.
- Répétez l'opération pour les autres morceaux de poulet.
- Enfourez pendant 25 minutes.

Variante:

Servez avec du riz et un légume chaud comme par exemple un poêlée de courgettes.

Remarque:

Ces papillotes peuvent également être cuites au barbecue. Pour cela, comptez 5 minutes de plus de cuisson.