

Poulet au Riz Épicé

Nombre de personnes : 4

Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients :

- BLANC(S) DE POULET	400g
- CUISSE(S) DE POULET	450g
- TOMATES CONCASSÉES	1 boîte
- BOUILLON DE POULE	500 ml (1 cube)
- CAROTTE(S)	3-4
- SUMAC	1 c à café
- AIL EN POUDRE	1/4 c à café
- CURCUMA	1 c à café
- CUMIN EN POUDRE	1/2 c à café
- PIMENT DE CAYENNE	1/2 c à café
- PAPRIKA	1 c à café
- CURRY	1/2 c à café
- RIZ ROND (POUR RISSOTTO)	250g
- OIGNON(S)	2
- CORIANDRE FRAIS	
- EPICE POUR POULET	
- CITRON(S) VERT(S)	1 (le jus)
- SEL	
- POIVRE	



Recette :

- Coupez les blancs de volaille en morceaux et les cuisses en deux.
- Emincez les oignons finement.
- Pelez les carottes et faites-les cuire 5 minutes sous un film alimentaire au micro-onde.
- Faites cuire les morceaux de poulet petit à petit dans du beurre chaud. Assaisonnez d'épices pour volaille, sel et poivre. Réservez sur une assiette
- Faites ensuite cuire les oignons émincés. Puis ajoutez le riz afin de le nacrer.
- Intégrez toutes les épices : ail, curry, paprika, cumin, piment de Cayenne, curcuma et sumac.
- Ajoutez alors les tomates concassées et la moitié du bouillon de volaille.
- Poursuivez la cuisson doucement comme un risotto.
- Réintégrez la volaille et ajoutez le reste du bouillon. Poursuivez la cuisson.
- Terminez la cuisson en intégrant le jus de citron, les carottes et la coriandre ciselée.
- Servez sans attendre.

Remarque :

Préparez minute pour obtenir la bonne cuisson !!