

Aiguillettes de Poulet à la Moutarde, Miel et Curry

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- BLANC(S) DE POULET	800g
- ÉPICE POUR POULET	
- PIMENT DE CAYENNE	2 pincées
- CURRY	½ c à soupe
- CRÈME FRAÎCHE	150 ml
- MOUTARDE	2 c à café à l'ancienne
- MIEL	1 c à soupe
- MAÏZENA	1 c à café
- CORIANDRE FRAIS	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Détaillez les blancs de poulet en aiguillettes.
- Faites-les rissoler dans du beurre chaud. Assaisonnez d'épices pour volaille, de piment de Cayenne, sel et poivre.
- Lorsque les aiguillettes ont pris une belle couleur, saupoudrez-les de curry puis arrosez le tout de crème fraîche.
- Portez à ébullition puis intégrez la moutarde, la maïzéna et le miel. Remuez et laissez épaissir quelques instants.
- Avant de servir, saupoudrez de coriandre ciselée frais et rectifiez l'assaisonnement.

Remarque:

Accompagnez de riz