

Curry de Poulet, Mangue et Coco

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 50 minutes

Ingrédients:

- BLANC(S) DE POULET	3-4
- ÉCHALOTE(S)	1
- AIL EN POUDRE	½ c à café
- CURRY	1 c à café
- CURCUMA	½ c à café
- LAIT DE COCO	250 ml
- RAISINS SECS	2 c à s (noirs)
- CRÈME FRAÎCHE	2 c à soupe
- MAÏZENA	½ c à café
- MANGUE(S)	1 boîte au sirop
- CORIANDRE FRAIS	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Coupez les blancs de poulet en gros dés.
- Emincez finement l'échalote.
- Egouttez les lamelles de mangue en conservant le sirop.
- Faites tremper les raisins secs dans le sirop de mangue.
- Dans un wok, faites étuver les échalotes dans du beurre chaud puis faites dorer les dés de poulet.
- Assaisonnez de sel, poivre et ail.
- Laissez cuire 5 à 10 minutes en remuant souvent.
- Assaisonnez alors avec le curry et le curcuma. Arrosez ensuite avec le lait de coco et continuez la cuisson à feu moyen pendant 15-20 minutes à couvert.
- Faites chauffer doucement les raisins avec le sirop de mangue au micro-onde. Intégrez le tout dans le wok.
- Mélangez la crème avec le maïzéna.
- Coupez les lamelles de mangue en gros dés.
- Intégrez la mangue et la crème-maïzéna dans le wok. Portez 1 minute à ébullition.
- Servez sans attendre et saupoudrez de coriandre.

Remarque:

Servez avec du riz