

Wok de Dinde aux Chicons, à la Thaïlandaise

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- ESCALOPE(S) DE DINDONNEAU	800g
- CHICON(S)	6 chicons
- CITRON(S)	le jus d'1/2
- ECHALOTE(S)	1
- FOND DE VOLAILLE	400 ml
- LAIT DE COCO	165 ml
- ANANAS	4 tranches + le jus
- CURRY EN POUDRE	1.5 c à soupe
- SAUCE POISSON (CHINOIS)	1 c à soupe
- PIGNONS DE PIN	2 c à soupe
- CORIANDRE FRAIS	
- PAPRIKA	2 c à safé
- POIVRE DE CAYENNE	1 bonne pincée
- MAIZENA	en option



Recette:

- Coupez le dindonneau en lanières. Saupoudrez-les de paprika et de poivre de Cayenne.
- Emincez l'échalote.
- Coupez et nettoyez les chicons. Otez-en le cœur puis coupez-les en tronçons de 3cm.
- Faites dorer les pignons de pins dans un poêle antiadhésive chaude..
- Hachez grossièrement la coriandre.
- Egouttez les tranches d'ananas, coupez-les en tronçons

de 2 cm et conservez le jus.

- Préchauffez le wok.
- Mélangez-y le curry, les échalotes émincées et arrosez du lait de coco, du fond de volaille et du jus d'ananas. Remuez et laissez cuire 5 bonnes minutes à feu vif.
- Intégrez les chicons, baissez légèrement le feu et poursuivez la cuisson pendant 7 – 8 minutes.
- Ajoutez enfin les lanières de dindonneau et laissez mijoter pendant 12 – 14 minutes.
- En fin de cuisson, ajoutez les ananas, le jus de citron et la sauce de poisson.
- Liez éventuellement la sauce avec un peu de maïzéna.
- Servez en saupoudrant avec le coriandre et avec les pignons de pin.

Remarque:

Servez avec du riz.