

Poulet au Curry Sauce Banane

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- BLANC(S) DE POULET	850g
- BANANE(S)	2-3
- CREME FRAICHE	200 ml
- CURRY EN POUDRE	2.5 c à café
- CURCUMA	1 c à café
- CITRON(S)	le jus d'1
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Coupez le poulet en lanières. Placez-les dans un plat. Ajoutez le curry. Salez et poivrez. Mélangez convenablement puis placez au frigo pour 30 minutes.
- Ce temps écoulé, faites cuire la volaille dans une poêle beurrée. Ajoutez un peu de curcuma. Salez et poivrez.
- Coupez la banane en rondelles et arrosez-les de jus de citron.
- Lorsque le poulet est cuit, réservez-le au chaud (une assiette avec papier alu).
- Dans la poêle de cuisson, faites rissoler les rondelles de banane pendant 2 minutes.
- Ajoutez ensuite la crème et laissez épaissir doucement. Salez et poivrez.
- Sevrez les lanières de poulet nappées de sauce à la banane.

