BOUILLON · POULET · CURRY · HIVER

Bouillon de poulet au lait de coco & curry rouge



@mandine.cuisine
INSTAGRAM

Accompagné de riz, d'épinards frais et de délicieux hauts de cuisses marinés et dorés à souhait.

PREP	COOK	SERVES	LEVEL
25 min	25 min	4	Easy

Notes

Vous pouvez désosser les hauts de cuisses vous-mêmes. Pour cela, il suffit de suivre les contours de l'os avec la pointe d'un petit couteau. Vous pouvez également demander à votre boucher/volailler, de les désosser.

Personnellement, je préfère utiliser des hauts de cuisse que je trouve plus tendre, même après cuisson, les blancs de poulet ayant tendance à sécher.

Ingredients

16 ITEMS

POULET GRILLÉ & MARINADE

Hauts de cuisses de poulet	4 pièces
Ail écrasé	2 gousses
Sauce soja	1 c. à soupe
Huile de sésame bio	6 c. à soupe
Gingembre bio râpé	5 cm
Miel bio de France	1 c. à café

BOUILLON CURRY ROUGE ET COCO

Curry rouge bio	2 c. à café
Gingembre frais bio	4 cm
Lait de coco bio	400 ml
Ail	2 gousses
Bouillon de poulet bio	1.2 L
Huile d'olive bio	-

ACCOMPAGNEMENTS ET FINITIONS

Riz bio	250 g
Cébette	2 tiges
Épinards	100 g
Huile pimentée (facultatif)	-

Method

3 STEPS

1. Dans un saladier, placez tous les ingrédients de la marinade, avant d'y enrober les hauts de cuisse de poulet désossés. Filez et laissez reposer au frais une vingtaine de minutes.

2. Dans une casserole huilée, faites revenir la pâte de curry rouge quelques minutes avant d'y ajouter l'ail et le gingembre coupé. Faites revenir quelques minutes supplémentaire avant de couvrir de bouillon et de lait de coco. Laissez mijoter à couvert et à feu doux, une vingtaine de minutes.

3. Dans une poêle huilée bien chaude, faites revenir le poulet mariné, jusqu'à ce que la peau soit bien doré et légèrement croustillante. En parallèle, faites blanchir vos épinards frais, quelques minutes dans l'eau bouillante. Rincez et égouttez à l'eau froide. Faites également cuire votre riz, conformément aux inscriptions sur le paquet.

Serving

Dans une assiette, dressez le riz, les épinards et le poulet coupé en lamelles. Versez ensuite, en quantité généreuse, le bouillon bien chaud sur le tout. Terminez en parsemant de quelques gouttes d'huile pimentée et de cébette ciselez. Dégustez tant que c'est chaud ! Savoureux et réconfortant à la fois, parfait !