



Poulet au lait de coco et paprika

Recette proposée par :
Marie-France Valentin,
Chef de cuisine sur l'école
Notre Dame à St Paul 3
Chateaux,
API Drôme Ardèche.

Ingrédients :

Pour 4 personnes

500 g d'émincé de filet de poulet	120 g de tomates concassées
1 cuillère à soupe d'huile d'olive	1 cuillère à soupe de sucre semoule
1 citron	20 cl de lait de Coco
Mélange d'épices masala	1 bouquet de persil
Paprika	Sel
1 gousse d'ail	
1 oignon	

Progression :

1. Éplucher, laver et émincer l'oignon et l'ail. Ajouter le persil lavé puis mixer l'ensemble. Réserver.
2. Faire revenir l'émincé de poulet 10 min dans l'huile d'olive.
3. Ajouter le jus de citron.
4. Incorporer le mélange oignon, ail persil. Saler puis ajouter les épices (1 pincée du mélange masala et 1 pincée de paprika). Mélanger.
5. Ajouter les tomates concassées et le lait de coco puis faire mijoter 15 min
6. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire puis ajouter le sucre.
7. Servir avec du riz basmati ou thaï.

Le Paprika

Le paprika est une variété de poivron (appelée « piment doux ») utilisée sous forme de poudre rouge provenant d'Amérique du Sud. Il est apprécié pour sa couleur mais également pour sa saveur légèrement amère, subtilement relevée et aromatique. Plus sa couleur est foncée, plus son goût sera doux. Il parfume les plats en sauces, aussi bien chauds que froids, les œufs au plat et les vinaigrettes. Vous l'aurez compris, le paprika permettra de goûter avec les yeux avant de déguster avec les papilles.

Flashez ce QR code et retrouvez nos recettes sur le site api-chroniquesculinaires.com

