



Les plats principaux

Curry rouge avec poulet et haricots

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 cuillères à soupe pâte de curry rouge
1 cuillère à soupe de sucre candi
500 grammes cuisses de poulet
500 millilitres de lait de coco
2 tiges de citronnelle (coupées très finement)
2 centimètres de gingembre (râpé)
350 grammes de haricots (brisés)
2 citrons verts (en quartiers)
2 gousses d'ail (pressées)
1 bouquet de coriandre
1 courgette (en dés)
1 échalote (ciselée)
1 cuillère à café poudre de paprika
1 pincer de cannelle en poudre
huile de tournesol
poivre
sel

Méthode de préparation

Faites revenir l'échalote avec l'ail, le gingembre et la citronnelle dans de l'huile. Ajoutez la pâte de curry et cuisez encore 2 minutes en mélangeant.

Incorporez le lait de coco. Réglez le feu sur doux, ajoutez la cannelle en poudre, du poivre et du sel et laissez mijoter 5 minutes. Ajoutez les dés de courgette et laissez encore cuire une fois 5 minutes. Ajoutez maintenant les haricots et laissez réchauffer 2 minutes.

Entretemps cuisez les cuisses de poulet bien dorées et à coeur dans de l'huile. Assaisonnez avec paprika en poudre, poivre et sel. Mettez le poulet dans la sauce curry et mélangez bien. Servez avec des quartiers de citron et décorez avec la coriandre.

