



Les plats principaux

## **Poulet à la coréenne avec riz**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

4 poulet (filets)  
1 cuillère à soupe de graines de sésame  
4 tiges jeunes oignons (en anneaux)  
2 concombres (mini, en rondelles)  
300 grammes riz

### **Pour la sauce**

2 cuillères à soupe d'huile de sésame  
3 cuillères à soupe de vinaigre de riz  
2 centimètres de gingembre (râpé)  
4 cuillères à soupe ketjap manis  
3 cuillères à soupe chilipasta  
3 cuillères à soupe de miel  
4 gousses d'ail (pressées)

### **Méthode de préparation**

Chauffez un peu d'huile d'olive dans une poêle, coupez les filets de poulet en dés et rôtissez-les bien cuits en 5 minutes.

Ajoutez tous les ingrédients pour la sauce dans un poêlon et chauffez à feu doux. Mélangez régulièrement jusqu'à ce que la sauce épaississe. Entretemps cuisez le riz en suivant les instructions sur l'emballage.

Ajoutez les dés de poulet à la sauce et mélangez bien. Cuisez encore quelques minutes et servez en même temps que le riz. Décorez avec les jeunes oignons, les graines de sésame et les mini concombres.

