

POULET AU LAIT PARFUME ET CURRY VERT

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes



Ingrédients

- 8 cuisses de poulet
- 400 ml de lait entier
- 40 g de poudre de coco
- 1 grosse tête de brocolis
- 300 g de pois gourmands
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet de basilic frais
- 1 bouquet coriandre frais
- 5 oignons nouveaux
- 2 tiges citronnelle
- 1/2 petite cuillère de pâte de curry
- 2 citrons verts
- 10 cm racine de gingembre
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Dans une casserole, chauffez le lait, coupez le feu puis ajoutez la poudre de coco, laissez infuser et remuez de temps en temps.

Pendant ce temps, faites cuire les brocolis coupés en fleurettes et les pois gourmands dans une casserole d'eau salée pendant 15 mn, égouttez et réservez au chaud.

Dans le bol d'un petit robot, mixez l'ail, le basilic, la coriandre, la citronnelle en tronçons, les oignons, la pâte de curry, les zestes d'un citron et son jus, le gingembre pelé et râpé afin d'obtenir une pâte.

Dans un faitout, faites dorer les cuisses de poulet avec l'huile, pendant 15 mn environ. Délayez la pâte avec 300 ml de lait parfumé à la coco et la mettez sur le poulet. Laissez cuire à feu moyen pendant 15 min. En fin de cuisson, versez le reste de lait parfumé à la coco, mélangez. Ajoutez les brocolis, les pois gourmands et retirez du feu. Pressez le deuxième citron sur le plat et servez-le.

Astuce : vous pouvez accompagner ce plat avec du riz. Et aussi la réaliser avec des filets de poulet coupés en morceaux.