

Poulet au Curry

Pour 3/4 personnes :

- **4 beaux filets de poulet (ou 4 filets de dinde)**
- **2 oignons doux (type Mulhouse)**
- **50 cl de crème fraîche liquide (ou crème de soja ou lait de coco)**
- **du curry en poudre**
- **du sel et du poivre au moulin**

1. Faire chauffer à feu doux la poêle avec une cuillère à soupe de graisse de canard ou bien 2 cuillères à soupe d'huile de cuisson.
2. Éplucher les oignons, les laver et les émincer puis les mettre dans la poêle bien chaude.
3. Laisser revenir les oignons en les remuant de temps en temps pour une cuisson uniforme.
Pendant ce temps couper les filets de poulets en aiguillettes (en long) puis en morceaux de 2 à 3 cm.
4. Une fois les oignons légèrement confits, ajouter le poulet en l'étalant bien sur toute la surface de la poêle.
5. Saupoudrer généreusement, ou à votre convenance, de curry sans remuer pour que le poulet s'en imprègne bien.
6. Après 5 minutes de cuisson, remuer le poulet en continuant la cuisson une vingtaine de minutes.
Pensez à assaisonner généreusement en sel et en poivre.
7. Ajouter l'ensemble de la crème fraîche liquide puis mélanger jusqu'à obtenir une préparation homogène.
8. Laisser mijoter le tout à feu doux jusqu'à ce que la crème fraîche s'épaississe : c'est prêt ! ☐

☐ Vous pourrez accompagner votre poulet au curry de riz long ou basmati. ☐

➡ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐