

Poulet au curry simplifié

Ingrédients :

Ail écrasé, 1 échalote émincée, du gingembre pelé et haché grossièrement, de brins de citronnelle en fines tranches, piment, coriandre, cumin, jus de citron vert, blancs de poulet, 1 c-à-s d'huile d'olive, 1 petite boîte de lait de coco, 1 poivron rouge coupé en fines tranches.

Servir avec des épinards

Recette :

Faire revenir le poulet et le poivron avec l'ail, l'échalote et le gingembre dans 1 c-à-s d'huile d'olive puis ajouter le lait de coco, la citronnelle, le cumin, le piment, le jus de citron et laisser mijoter. Parsemer de coriandre avant de servir.