



Estelle de Saint Germain

Poulet à l'ananas

Ingrédients :

500g de filet de poulet en morceaux, ½ ananas, 1 oignon, ail, 2 c-à-s d'huile d'olive, 1 c-à-s de curry, (2 c-à-c de sauce soja), (quelques noix de cajou) et de la coriandre.

Recette :

Peler l'ail et l'oignon, les émincer et les faire revenir dans un peu d'huile.

Ajouter le poulet et la sauce soja.

Ajouter les dés d'ananas, le curry et 2 à 3 c-à-s d'eau.
Laisser mijoter 15 min.

Avant de servir, ajouter les noix de cajous et la coriandre fraîche.