

SAUTE DE POULET THAI



Pour 8 personnes

Ingrédients :

800 g de filet de poulet

½ boîte d'ananas (340 g égoutté)

2 poivrons rouge

1 poivron vert

1 sachet de champignons noirs déshydratés

4 oignons

6 gousses d'ail

100 g de noix de cajou

6 c à s de sauce huitre

12 c à s de sauce nuoc man

8 c à s de sucre poudre

3 c à c de sauce piment

1 bouquet de coriandre

1 bouquet de menthe

Ciseler les oignons. Couper les poivrons en morceaux ainsi que l'ananas.

Réhydrater les champignons. Les couper en lamelles pas trop fines.

Couper les filets de poulets en cubes. Ciseler la coriandre et la menthe.

Faire revenir les oignons dans une poêle puis ajouter les poivrons et laisser mijoter une quinzaine de minutes. Réserver.

Faire revenir le poulet dans une poêle. Réserver.

Préparer la sauce en mélangeant la sauce piment, le sucre, ail pressé, la sauce huitre et la sauce nuoc man.

Dans une cocotte mettre le mélange oignons-poivrons, les champignons, l'ananas et le poulet. Verser la sauce et faire réchauffer le tout à feu doux 10 à 15 minutes.

Au moment de servir, disposer dans un plat et répartir dessus les noix de cajou et les herbes.