

POULET AU CURRY VERT THAÏ AU LAIT DE COCO



Pour 4 personnes

Ingrédients :

450 à 550 g de poulet (blanc ou haut de cuisse, désossé, sans os)

2 c à c de pâte de curry vert thaï

400 g de légumes de saison (poivrons, aubergines, pois gourmands, chou chinois, pousses de bambou...)

1 gousse d'ail hachée

25 cl de lait de coco

1 petit verre de fond de volaille en poudre

3 c a s de nam pla (ou nuoc mam)

1 feuille de kaffir (feuilles de citronnier)

1 c a s de sucre de canne

Quelques herbes fraîches (coriandre, basilic thaï) et oignons frits

Dans une grande casserole, chauffer un peu d'huile. Ajouter le poulet coupé en cubes, pas trop gros, et la gousse d'ail. Faire dorer 3 à 5 minutes. Ajouter la pâte de curry et faire chauffer à feu moyen quelques instants. Verser le lait de coco et mélanger bien pour diluer la pâte.

Ajouter ensuite les légumes coupés pas trop gros. Délayer avec le fond de volaille. Assaisonner avec le nam pla et le sucre de canne. Ajouter la feuille de kaffir. Laisser mijoter à feu doux 15 à 20 minutes.

Rectifier l'assaisonnement selon votre gout : pâte de piment, lait de coco, sel, sucre de canne pour équilibrer les saveurs.

Servir dans des assiettes à soupe avec du riz thaï et parsemer avec quelques herbes aromatiques hachées et oignons frits.

Florence Kraland / 6 février 2020