



Plats



Wok



Curry rouge thaï au poulet

Plat emblématique de la cuisine royale thaï, dés de poulet et légumes croquant dans une sauce au curry rouge et au lait de coco bien relevée.

Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation la sauce curry rouge, en froid positif.
 Laver la courgette et la couper en demi tranches, les blanchir ensuite dans une eau bouillante salé 30 secondes puis les refroidir aussitôt
 Laver et couper en dés l'aubergine puis la blanchir également environ 3/4 minutes puis les refroidir aussitôt.
 Laver et couper en deux les tomates cerises.
 Cuire le riz basmati.
 Couper le poulet en cubes et presser quelques gouttes de citron vert dessus, mélanger l'ensemble et réserver au frais.

Mise en oeuvre

Mettre à chauffer gentiment la sauce curry rouge mélanger au lait de coco, ajouter le poulet, puis les légumes.
 Laisser l'ensemble mijoter doucement environ 2/3 minutes puis servir aussitôt avec le riz chaud.
 Ajouter le citron vert, les feuilles de basilic et la cébette émincé.

Suggestion

L'apport de lait de coco, permet d'atténuer un peu la force du piment rouge, on peut bien sûr en mettre davantage.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
SAUCE CURRY ROUGE THAI	7851	100 g
Blanc de poulet		100 g
Riz basmati		40 g
Courgettes		40 g
Tomates cerises		40 g
Aubergine		40 g
Citron vert		0.4 pces
Basilic frais		3 g
Cebette		5 g