Poulet

Poulet au curry express

20 min	10 min	10 min	0	266
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

- 4 **Blanc(s) de poulet**
- 10 g **Beurre**
- 1 **Oignon(s)**
- 1 c. à soupe **Curry**
- 10 cl **Crème liquide (fleurette)**
- 1 **Sel**

Étape 1

Préparation des ingrédients

1. Couper les blancs de poulet en petits cubes.
2. Essayer de les couper en cubes de taille équivalente afin que la cuisson soit homogène.
3. Eplucher et hacher l'oignon.

Étape 2

Cuisson du poulet au curry

1. Mettre une poêle à feu moyen. Y ajouter le beurre et le faire chauffer.
2. Ajouter l' oignon et le laisser sur le feu jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
3. Ajouter le poulet et le faire revenir jusqu'à ce qu'il soit à point une dizaine de minutes environ.
4. Il ne faut pas trop insister lors de la cuisson de la viande pour éviter que le poulet ne sèche et durcisse.
5. Puis ajouter le curry, saler, remuer, ajouter la crème et remuer encore puis poursuivre la cuisson pendant trois minutes.

Étape 3

Dressage

1. Servir dès que c'est prêt en saupoudrant éventuellement avec des amandes effilées, des raisins secs ou de la coriandre.