

Riz et poulet au curry.



Température : 100°C

Taux d'humidité : 100%

Cuisson : 30 min

Ingrédients pour 6 à 8 personnes :

4 blancs de poulet

400 g de riz parfumé, thaï, ou basmati

100 g de noix de Cajou

2 cuillères à café de sel

1 cuillère à café de curry en poudre fort
(curry thaï épicé)

1 cuillère à café de curry en poudre moyen

1 cuillère à soupe de curry en poudre de Madras

8 dl d'eau

1 demi-citron, coupé dans la longueur

50 g de raisins secs ou de raisins de Corinthe

1½ dl de lait de coco

2-3 tranches d'ananas, coupées en morceaux

Préchauffez le four à 100°C, 100% d'humidité.

- Coupez les blancs de poulet en aiguillettes ou en dés.
- Mettez-les dans le plat Gastro Norm non perforé ou dans un plat à gratin avec le riz, les noix de cajou, le sel, les différentes sortes de curry, l'eau et remuez bien.
- Coupez les moitiés de citron en quatre tranches et répartissez-les dessus.
- Faites cuire 30 min.
- Sortez le plat du four, retirez les tranches de citron, ajoutez les raisins secs ou les raisins de Corinthe, le lait de coco et les morceaux d'ananas, remuez bien et laissez encore gonfler 5 min.