



Originnaire des Antilles, cette recette met en joie, et pour cause : son parfum exaltant en cuisine, pendant la cuisson, au moment de servir, tandis que les papilles sont sur les starting-blocks, et durant la dégustation, quand il est enfin temps de savourer son assiette, avec le nez et les yeux d'abord, les papilles ensuite, des sens stimulés par autant d'arômes, de couleurs et de saveurs.

Poulet coco

Ingrédients

- 1 poulet découpé en morceaux ou des blancs de poulet (escalopes) de bonne qualité
- 6 gousses d'ail
- 4 petites tomates bien mûres quand c'est la saison, sinon, 2 boîtes moyennes de tomate en dés
- 3 gros oignons
- 1 boîte/brique de lait de coco
- quelques brins de thym frais ou sec
- sel, poivre
- noix de muscade
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à café de curcuma ou de massala (mélange d'épices)

Recette

- Préparer d'avance tous les ingrédients :
 - découper le poulet en une dizaine de morceaux
 - ou trancher en lamelles épaisses les escalopes de poulet,
 - émincer les oignons,
 - piler l'ail,
 - couper les tomates en petits dés.
- Dans une marmite, faire légèrement chauffer l'huile, laisser dorer les morceaux de poulet puis, ajouter les oignons
- Une fois les morceaux de poulet et les oignons dorés, ajouter le curcuma ou le massala, la noix de muscade, puis les tomates
- Laisser cuire 5 minutes en mélangeant
- Arroser avec le lait de coco
- Couvrir la marmite et laisser réduire 40 minutes environ à feu doux, jusqu'à obtention d'une sauce onctueuse

Délicieux servi avec du riz basmati par exemple.

Bon appétit