

Poulet de Tino

Cette recette m'a été donnée par mon ami cambodgien Tino.

Ingrédients

- 4 blancs de poulet coupés en cubes
- 4 oignons
- 2 poivrons (1 rouge, 1 jaune ou vert)
- 3 piments
- 1 grande tasse de riz parfumé
- 1 c. à c. curcuma
- 1 boîte d'ananas en cubes (260gr)
- petits pois surgelés (200 gr)
- 2 oeufs battus en omelette avec un peu de sauce soja Kikkoman et une pincée de sucre
- 5 feuilles de Kaffir
- 2-3 c. à s. Sauce soja (Kikkoman)
- 2-3 c. à s. Sauce poisson (type Nuoc Mam)
- sucre
- menthe fraîche (1 botte)
- huile
- Le jus d'un citron
- Soja Sauce Ketjap Manis pour servir (facultatif)

Préparation

Riz à la vapeur parfumé au curcuma

Verser une grande tasse de riz parfumé dans une casserole et le rincer 5 fois (l'eau de rinçage doit être claire).

Ajouter 1 1/2 tasse d'eau. **Truc:** Pour vérifier si on a mis la bonne quantité d'eau, il suffit de plonger l'auriculaire dans l'eau jusqu'à toucher la surface du riz immergé; le niveau de l'eau doit atteindre la première phalange.

Porter à ébullition, après une minute de cuisson, remuer, puis laisser cuire (le feu au maximum) jusqu'à évaporation presque complète de l'eau (le riz commence à former des petits cratères). A ce stade, remuer une dernière fois pour décoller le riz du fond de la casserole, couvrir et couper le feu. **ATTENTION:** ne plus ouvrir le couvercle pendant 8 minutes. Ainsi, le riz va continuer à cuire grâce à la vapeur piégée dans la casserole.

Après les 8 minutes, verser le riz dans un grand plat, ajouter une cuillère à café de curcuma et remuer délicatement tout en ventilant à l'aide du couvercle de la casserole par exemple. Une fois bien remué, couvrir le riz avec une serviette et laisser reposer.

L'omelette

Battre 2 oeufs avec un peu de sauce soja Kikkoman et une pincée de sucre. Cuire l'omelette dans un peu d'huile (dans une poêle de petit diamètre). Une fois cuite, couper l'omelette en lamelles, puis en petits carrés.

Le poulet... et le reste

Verser 2 cuillères à soupe d'huile dans une poêle antiadhésive, ou dans un wok, ajouter les feuilles de Kaffir et les piments fendus sur la longueur. Chauffer pendant 5 minutes, pour que le Kaffir et les piments parfument l'huile.



Ajouter les oignons et les poivrons coupés en cubes et faire revenir pendant 10 bonnes minutes. Remuer régulièrement. Ajouter la sauce soja et continuer la cuisson jusqu'à ce que les oignons et les poivrons soient tendres.



Ajouter le poulet, remuer, puis ajouter la sauce poisson et une bonne pincée de sucre, remuer et faire revenir jusqu'à ce que le poulet soit presque cuit.



Ajouter les petits pois verts surgelés, le riz au curcuma déjà cuit, l'omelette en petits carrés et les cubes d'ananas égouttés, remuer délicatement pour ne pas écraser le riz et faire réchauffer le tout, jusqu'à cuisson complète des petits pois verts et du poulet.

Ajouter le jus de citron et les feuilles de menthe ciselées. Remuer.

Gouter et rectifier l'assaisonnement avec de la sauce soja ou sauce poisson, s'il faut. Si vous trouvez qu'il manque du sel, une alternative et de rajouter un peu de Soja Sauce Ketjap Manis une fois servi dans un bol.

Bonne dégustation!



cambodgien, asiatique, poulet, plat principal

From:
<https://yacs.breguet-lettres.ch/> - **YACS**

Permanent link:
https://yacs.breguet-lettres.ch/doku.php?id=recettes:poulet_de_tino

Last update: **2014/01/04 17:17**

