

Poulet au beurre

Recette pour 4 personnes



Description

Morceaux de poitrine de poulet mijotés doucement dans une sauce au beurre. Un classique de la cuisine indienne.

L'astuce du chef

Si vous voulez une saveur plus authentique, vous pouvez prendre le poulet de la marinade et le faire griller sur le BBQ avant de le remettre dans la sauce (la marinade va elle aussi dans la sauce).

Ingrédients

Pour le poulet

- 600 Gr Poitrine de poulet
 - 1 Cuil. à thé Garam masala
 - 1 Cuil. à thé Coriandre moulue
 - 1 Cuil. à thé Gingembre frais
 - 2 Gousse(s) Ail haché
 - 1 Cuil. à thé Vinaigre blanc
 - 0.50 Tasse(s) Pâte de tomate
 - 0.50 Tasse(s) Yogourt nature 10%
 - 40 Gr Beurre
 - 1 Bâton(s) Cannelle
 - 2 Unité(s) Cardamome
 - 1 Cuil. à thé Sel
 - 2 Cuil. à thé Paprika
 - 200 Ml Coulis de tomates
 - 100 Ml Bouillon de poulet
 - 0.50 Tasse(s) Crème 35% à cuisson
 - 1 Unité(s) Oignon blanc
 - 2 Cuil. à soupe Sucre
-
- Huile végétale
 - Sel et poivre
 - Beurre

Préparation

Temps de préparation **20 mins**

Temps de repos ? **180 mins**

Mise en place de la marinade

Détaillez le poulet en cubes d'environ 1 pouce de diamètre.

Mettez toutes les épices moulues, le yogourt, l'ail, le gingembre, la pâte de tomate et le vinaigre dans un grand bol et mélangez bien. Ajoutez les morceaux de poulet et laissez mariner toute la nuit (ou au minimum 2 heures).

Pour la sauce

Mettez le beurre dans une casserole et faites fondre doucement. Ajoutez l'oignon et faites suer.

Puis ajoutez les épices entières et faites-les revenir pour activer les huiles essentielles.

Ajoutez ensuite le coulis de tomate, la crème et le sucre. Mettez le poulet et toute la marinade dans la casserole et laissez mijoter.

Lorsque la préparation mijote, baissez le feu et mélangez de temps en temps pour éviter que cela ne colle au fond. Ajoutez une noix de beurre. Poursuivez la cuisson pendant environ 20-25 minutes, jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit mais encore tendre.

Bon appétit!