

POULET



POULET AUX COINGS

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 1h

Difficulté : Facile

Coût : Bon marché

Ingrédients pour 6 personnes :

- 6 cuisses de poulet
 - 8 cl d'huile d'olive
 - 2 gros oignons
 - 1 citron confit 1/2 litre de fond blanc de volaille 4 coings 45 g de beurre 50g de miel
 - Sel
 - Poivre du moulin
 - Raz el Hanout
 - 1g de safran pistil
 - 30g de gingembre frais
 - 1/2 botte de coriandre ou coriandre en grain
-

Recette : Saler les morceaux de volaille et les colorer à l'huile d'olive.

- Ajouter les oignons émincés et suer 20 minutes.
- Ajouter le fond blanc de volaille, le gingembre haché et les épices.
- Cuire à frémissement pendant 40 minutes.
- Éplucher et couper en quartier les coings en enlevant le cœur.
- Sauter les coings au miel avec le beurre. Caraméliser légèrement.
- Mettre les morceaux de poulet dans un plat de service et disposer les coings
- Réduire le jus de cuisson et vérifier l'assaisonnement.
- Verser sur le poulet et les coings.
- Décorer avec des feuilles de coriandre ou des grains et servir aussitôt !
- Accompagner de riz

COMMENTAIRES :

EXCELLENT !!!