

l'épicerie de bruno

Poulet korma

Le korma est le plat de fête des musulmans en Inde, crémeux à souhait, souvent mijotés avec des fruits secs. Ici nous en présentons une version « light », avec seulement des amandes, mais rien ne vous empêche d'y rajouter des noix de cajou, des raisin secs, voire des abricots secs!

Marché pour 4 personnes

700 grammes de blancs de poulet, 3 cuillères à soupe d'huile de tournesol, 2 cuillères à café d'ail réduit au mortier en purée (environ 2 gousses), 150 ml de crème liquide, 200 grammes d'oignons finement tranchés, 65 grammes de lait de coco, une poignée de feuilles de coriandre fraîche finement émincées, 2 cuillères à café d'amandes effilées, 1 cuillère à café de sucre blanc

A l'épicerie de bruno

3 cuillères à café de korma masala, 2 cuillères à café de garam masala, sel fin de mer selon le goût.

La Recette

Mélanger le korma masala avec un peu d'eau, pour obtenir une pâte.

Faire chauffer l'huile dans une large poêle (ou un wok), ajouter l'ail et faire frire en remuant 30 secondes. Rajouter le garam masala, bien remuer pendant 1 minute.

Ajouter les oignons, réduire à feu moyen, et cuire pendant 10 à 20 minutes en remuant très régulièrement, de façon à ce que l'ensemble soit confit voire caramélisé.

Retirer la poêle du feu, et réduire en purée l'ensemble au mixer.

Couper les blancs de poulet en dés d'environ 2 cm.

Rajouter la crème et le lait de coco, puis rajouter le poulet et faire chauffer à feu moyen 10 minutes, en rajoutant un peu d'eau de temps en temps, mais jamais trop afin de garder une texture épaisse à la sauce.

Rajouter les autres ingrédients, du sel selon les goûts et continuer à faire cuire 5 autres minutes en remuant régulièrement.

Ce plat se sert avec un riz basmati.