



Emincé de poulet sauté au rhum

Plat principal

Très facile : 

Bon marché : 



Préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 escalopes de poulet
- 5 cl de rhum
- 40 cl de lait de coco
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- ciboulette, persil, sel et poivre
- 1 cuillère à soupe de fond de volaille
- 1 cuillère à soupe de colombo

Préparation :

Découper le poulet en lanières. Le faire revenir avec l'oignon, l'ail, la ciboulette et le persil jusqu'à ce qu'il soit doré.
Flamber avec le rhum.

Mouiller avec le lait de coco. Rajouter le colombo et le fond de volaille.

Laisser mijoter à couvert pendant 30 minutes.



Recette proposée par sophie18



Votre avis
compte beaucoup
pour nous !

Je donne mon a

© Marmiton.org, 1999-2011

L'utilisation du site Marmiton implique l'acceptation des **Conditions Générales d'Utilisation**