KIKKOMAN

Curry Massaman de poulet, pommes de terre et cacahuètes

durée totale **30 min.** **10 min.** temps de préparation **20 min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
2.615 kJ / 629 kcal

Matières grasses: **41,9 g** Protéines: **37 g**
Glucides: **23,6 g**

INGRÉDIENTS

4 portions

400 g	de filet de poulet
400 g	de pommes de terre
1	oignon
1 pièce	de gingembre (env. 2 cm)
1	gousse d'ail
2 càs	Huile de sésame grillé Kikkoman
100 g	de cacahuètes
1 càs	de pâte de curry (Massaman de préférence
400 ml	de lait de coco
2 càs	de pâte d'arachide (ou de beurre de cacahuète)
2 càc	de sucre brun ou de miel (ou d'assaisonnement sucré style Mirin de Kikkoman)
4 càs	Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman
3 càs	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
0,5 bouquet	de coriandre

PRÉPARATION

Étape 1

400 g de filet de poulet - **400 g** de pommes de terre - **1** oignon - **1 pièce** de gingembre (env. 2 cm) - **1** gousse d'ail
Sécher le filet de poulet et le couper en morceaux d'environ 2 cm. Éplucher, laver et couper les pommes de terre en gros dés. Émincer finement l'oignon en rondelles. Hacher finement le gingembre et l'ail.

Étape 2

2 càs Huile de sésame grillé Kikkoman **70 g** de cacahuètes - **1 càs** de pâte de curry (Massaman) - **400 ml** de lait de coco - **2 càs** de pâte d'arachide (ou beurre de cacahuète) - **2 càc** de sucre brun ou de miel (ou d'assaisonnement sucré style Mirin de Kikkoman) - **4 càs** Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman **3 càs** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
Faire revenir le poulet dans l'huile de sésame grillé Kikkoman bien chaude. Ajouter l'oignon, le gingembre et l'ail, puis les faire revenir brièvement. Ajouter ensuite les pommes de terre, les cacahuètes et la pâte de curry, mélanger rapidement, puis déglacer avec le lait de coco. Ajouter la pâte d'arachide (ou le beurre de cacahuète), le sucre, la sauce Ponzu citronnée Kikkoman et la sauce soja Kikkoman. Laisser mijoter pendant environ 20 minutes. Si la sauce devient trop épaisse, ajouter un peu d'eau

Étape 3

0,5 bouquet de coriandre - **30 g** de cacahuètes
Hacher grossièrement la coriandre et les cacahuètes. Faire griller les cacahuètes dans une

petite poêle jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Parsemer le curry de coriandre et de cacahuètes grillées juste avant de servir.