KIKKOMAN

Curry rouge thaï au poulet et lait de coco

durée totale **25 min.** **10 min.** temps de préparation **15 min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
2.932 kJ / 703 kcal

Matières grasses: **32,2 g** Protéines: **41,7 g**
Glucides: **57,7 g**

INGRÉDIENTS

4 portions

Pour les noix épicées :

50 g	de noix mélangées (par exemple : noix de cajou, noisettes, noix de pécan, cacahuètes)
3 càs	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
1 càs	de sucre roux

Pour le curry :

200 g	de riz (par exemple : basmati)
500 g	de filets de poulet
2	poivrons rouges
1 bouquet	d'oignons nouveaux
2	carottes
200 g	de pois mange-tout (ou petits pois surgelés ou haricots verts)
2 càc	de pâte de curry rouge
2 càc	Huile de sésame grillé Kikkoman
400 ml	de lait de coco
75 ml	Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
	Quelques feuilles de coriandre (ou de basilic thaï)

PRÉPARATION

Étape 1

50 g de noix mélangées (par exemple : noix de cajou, noisettes, noix de pécan, cacahuètes) - **3 càs** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **1 càc** de sucre roux
Hacher grossièrement les noix. Faire chauffer la sauce soja Kikkoman avec le sucre, ajouter les noix et les faire caraméliser. Transférer sur du papier cuisson et laisser refroidir.

Étape 2

200 g de riz (par exemple : basmati) - **500 g** de filets de poulet - **2** poivrons rouges - **1 bouquet** d'oignons nouveaux - **2** carottes - **200 g** de pois mange-tout (ou petit-pois surgelés ou haricots verts) - **2 càc** de pâte de curry rouge - **2 càs** Huile de sésame grillé Kikkoman **400 ml** de lait de coco - **75 ml** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
Faire cuire le riz selon les instructions du paquet. Couper le poulet en morceaux. Couper les poivrons en lanières, les oignons nouveaux en rondelles, les carottes en fines tranches, et couper les pois mange-tout en deux. Faire revenir la pâte de curry dans l'huile de sésame Kikkoman bien chaude dans un wok. Ajouter le lait de coco, environ 100 ml d'eau et la sauce soja Kikkoman, puis porter à ébullition.

Étape 3

Quelques feuilles de coriandre (ou de basilic thaï)
Ajouter le poulet et laisser mijoter pendant environ 5 minutes. Ajouter les légumes et cuire encore 5 minutes. Ciseler la coriandre. Garnir le curry avec la coriandre et les noix épicées, puis servir avec le riz.