



Poulet au lait de coco et riz



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

750 grammes de filets de blanc de poulet
2 poivron rouge (coupés en dés)
2 tomates (en dés)
200 grammes de haricots verts (lavés)
1 ravier de champignon (en lamelles)
1 brocoli (en bouquets)
1 tiret d'huile d'olive
1 boîte de lait de coco
250 ml bouillon liquide
coriandre
2 tasses de riz basmati
sel et poivre

Méthode de préparation

- 1.** Coupez les filets de blanc de poulet en deux.
- 2.** Versez un filet d'huile d'olive dans un wok. Faites sauter les morceaux de poulet dans l'huile d'olive chaude. Salez et poivrez.
- 3.** Ajoutez les légumes au poulet. Laissez mijoter un peu.
- 4.** Versez le bouillon par-dessus. Couvrez et laissez mijoter 15 minutes.
- 5.** Entre-temps, faites cuire le riz dans de l'eau légèrement salée.
- 6.** Mélangez délicatement le lait de coco dans le mélange de poulet et de légumes. Laissez encore mijoter pendant quelques minutes.
- 7.** Décorez avec la coriandre



8. Servez avec le riz.