



Poulet au mole à la mexicaine



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

Pour le poulet :

1 1/2 l d'eau
1 oignon (émincé)
1 gousse d'ail
1 feuille de laurier
1 cuillère à soupe de sel
1 cuillerée à thé de grains de poivre noir
4 filets de poulet

Pour la sauce :

huile d'olive
5 tomates (coupées en deux)
1 oignon (émincé)
2 gousses d'ail (pelées)

Poulet à la mexicaine

150 grammes de cacahuètes
50 grammes de graines de sésame
1 tranche de pain blanc (rassis)
1 bâton de cannelle
1 cuillerée à thé de grains de poivre noir
1 clou de girofle
1 cuillère à soupe de grains de coriandre
1 cuillère à soupe de graines decumain
1 banane (pas mûre, en rondelles)
150 grammes de raisins
2 piments rouges (émincés)
120 grammes de chocolat noir (70%)
sel et poivre



coriandre fraîche

Méthode de préparation

- 1.** Dans une sauteuse, versez l'eau et ajoutez l'oignon, l'ail, le laurier, le sel et les grains de poivre. Ajoutez également les filets de poulet et portez à ébullition. Laissez mijoter sans couvercle, à feu doux, pendant 30 minutes. Retirez les filets de poulet de la sauteuse et réservez-les. Filtrez le bouillon et réservez-le.
- 2.** Utilisez 2 fourchettes pour effiloche les filets de poulet comme du pulled chicken. Réservez.
- 3.** Commencez par préparer la sauce : faites chauffer un peu d'huile dans une sauteuse et ajoutez les tomates, l'oignon et l'ail. Quand les légumes sont tendres, retirez-les de la sauteuse. Réservez.
- 4.** Dans la même sauteuse, faites revenir les cacahuètes, les graines de sésame, le pain, le bâton de cannelle, les grains de poivre, le clou de girofle et les graines de coriandre et de cumin dans un filet d'huile. Après 2 minutes, versez le contenu de la sauteuse dans le mélange aux tomates.
- 5.** Dans la même sauteuse, faites revenir les rondelles de banane et les raisins secs. Laissez-les caraméliser et ajoutez-les aux autres ingrédients.
- 6.** Versez le tout dans un blender et ajoutez les piments rouges et un peu de bouillon que vous avez réservé. Mixez bien le tout. Remettez le tout dans la sauteuse et laissez réchauffer pendant 3 minutes. Ajoutez le reste du bouillon de poule filtré et mélangez bien. Dès que le mélange mijote, ajoutez le chocolat brisé en morceaux et laissez-le fondre entièrement. Salez et poivrez. Couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant 15 minutes. Ajoutez le poulet et servez. Garnissez ce plat de coriandre.