Poulet mariné épicé avec un air de Biryani indien

> Sources : https://www.bollywoodkitchen.com/poulet-marine-epice-air-biryani-indien/

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 morceaux de poulets avec os (haut de cuisse + cuisse)
- 1 yaourt nature
- 2 c à soupe de mayonnaise de Dijon Amora
- 3c m de gingembre
- 2 gousses d'ail
- 5/6 tiges de coriandre
- 5/6 tiges de menthe
- 1 c à soupe de garam massala ou de curry en poudre
- citron vert
- Sel, huile végétale.

Préparation
Mélanger le yaourt et la mayonnaise de Dijon, ainsi que les épices, puis ajouter l'ail pressé, le gingembre rappé.
Retirer la peau des morceaux de poulet et inciser la chair. Masser les morceaux de poulet avec la marinade mayonnaise-épices.
Laisser reposer au frais 2h.

Au bout des 2 heures, dans un sauteuse, chauffer 2 c à soupe d'huile végétale et saisir à feu vif les morceaux de poulet sur chaque face. Ajouter 1 petit verre d'eau (15 cl) saler à convenance et couvrir. Laisser frémir à feu doux pendant 35 minutes.

Au moment de servir, parsemer de coriandre et de menthe, arroser d'un filet de jus de citron vert et servir avec un riz basmati safrané.

Revision #3
Created 2023-11-18 21:59:36 UTC by Guigui
Updated 2023-11-18 22:01:49 UTC by Guigui