


# POT-AU-FEU DE POULET

Préparation	15min
Cuisson	40min
Total	55min
Part(s)	4 portions
Difficulté	



## Ingrédients :

400 g de blanc de poulet	150 ml de vin rouge
2 grosses pommes de terre	2 cuillères à café de curry red hot FUCHS
1 grosse carotte	1 cuillère à café de poivre noir concassé FUCHS
1 petite courgette	1 cuillère à café de curcuma moulu FUCHS
1 oignon	¼ de cuillère à café de gingembre moulu FUCHS
1 poivron	Sel de table au sel de mer FUCHS
100 ml de lait de coco	Huile
400 g de tomates concassées (conserves)	150 ml de vin rouge

## Préparation :

1. Découper en petits morceaux le blanc de poulet, les pommes de terre, l'oignon, la carotte, la courgette et le poivron. Saisir le blanc de poulet dans un fait-tout ou un wok, puis retirer la viande.
2. Dans le même fait-tout ou wok, faire revenir l'oignon, les pommes de terre et les carottes dans un peu d'huile pendant 5 minutes. Ajouter le curry rouge, le poivre noir, le curcuma, le gingembre et le sel, poursuivre la cuisson 2 minutes. Déglacer avec le vin rouge, ajouter les tomates concassées, puis couvrir et laisser mijoter 30 minutes.
3. Ensuite, ajouter le poivron, la courgette et le lait de coco, puis laisser mijoter encore 10 minutes et saler à convenance.

Astuce : accompagner de riz basmati.

