

poulet sauce satay selon Thiou



source : magazine "Cuisinez comme un chef" juillet-août 2007.
Cette recette est disponible en vidéo sur le site internet du magazine

Pour 4
prep 30 minutes, marinade 20 minutes, cuisson 6 minutes

1 beau blanc de poulet émincé en 4 dans la longueur (*j'ai pris 2 blancs de poulet*)
1/2 csoupe sauce soja claire
1/2 csoupe beurre de cacahuète
1 csoupe curcuma (2 fois 2 pincées) (*les pincées sont très grosses*)
3 csoupe lait de coco sans la partie la plus épaisse (*c'était homogène chez moi*)
1/2 ccafé pâte de curry rouge
2 pincées sucre semoule
1 csoupe sauce d'huître
4 csoupe huile d'arachide (3 + 1) (*isio4 chez moi*)
sel fin

Déposer les aiguillettes de poulet dans un saladier. Ajouter 3 csoupe huile arachide, 1/2 csoupe sauce soja, 1 csoupe sauce d'huître, ajouter 2 (*grosses*) pincées de curcuma, bien mélanger et laisser mariner 20 minutes à température ambiante, *le temps de faire la suite*. Dans une casserole, porter à frémissement 3 csoupe lait de coco prélevées dans la partie la plus épaisse avec 1/2 ccafé pâte de curry rouge et mélanger doucement à l'aide d'un fouet. Incorporer 2 (*grosses*) pincées de curcuma, 2 pincées de sucre semoule, 1 pincée de sel (*de taille usuelle*), 1/2 csoupe beurre de cacahuète et mélanger au fouet. Maintenir au chaud. Thiou pique ensuite ses aiguillettes de poulet entières sur des brochettes dans le sens de la longueur. *Je ne l'ai pas fait*. Thiou fait ensuite chauffer 1 csoupe huile d'arachide dans une poêle sur feu doux pour y colorer ses brochettes environ 3 minutes sur chaque face. *Nous avons utilisé une poêle grill plutôt qu'une poêle "plate"*.

Nous nous sommes servis en poulet, et avons trempé nos bouchées piquées à la fourchette dans le bol de sauce satay.



Lacath, <http://lacath.canalblog.com>