

Curry Indien



Ingrédients pour 4 personnes :

- . 8 morceaux de poulet
- . huile d'olive
- . 2 cuillères à café de Rai bio d'Inde [Le tour du Monde en Epices](#)
- . 1 cuillère à café de graines de fenugrek [Le tour du Monde en Epices](#)
- . 1 petit piment chili d'Inde [Le tour du Monde en Epices](#)
- . 1 cuillère à café de curry
- . 2 morceaux de gingembre frais pelés et hachés
- . 3 oignons pelés et passés au mixeur
- . 1 cuillère à café de paprika
- . 1 cuillère à café de curcuma
- . 6 tomates hachées
- . 400 ml de lait de coco

Pour la sauce faire chauffer dans une poêle l'huile et y verser les graines de rai bio d'Inde. Attendre jusqu'à ce que tout cela grésille et ajouter le fenugrek, le piment, le curry et le gingembre.

Mélanger et laisser cuire quelques minutes puis incorporer les oignons mixés.

Laisser cuire encore 5 minutes environ.

Ajouter le curcuma et le paprika puis les tomates mixées.

Au bout de 5 minutes, verser deux verres d'eau et le lait de coco puis laisser mijoter 30 minutes environs.

Placer le tout dans un blender et mixer grossièrement, vous allez obtenir une sauce onctueuse, si vous voyez qu'elle est un peu trop épaisse, ajouter un peu d'eau.

Cuire votre poulet à la poêle, une fois cuit ajouter votre sauce et laisser mijoter encore une quinzaine de minutes.