

Emincé de poulet nappé d'une sauce aux cacahuètes et patates douces



La recette Denner de la semaine s'inspire d'un plat africain. Elle peut se cuisiner avec du poulet ou un substitut végétarien.

Celui qui pense que le beurre de cacahuète ne se déguste qu'avec un morceau de pain (et uniquement à la cuillère, directement du pot), ne sait pas ce qu'il manque! Cette crème de cacahuètes moulues, très appréciée, est bien plus qu'une simple pâte à tartiner et s'intègre merveilleusement à d'innombrables plats - sucrés ou salés.

Comme par exemple, dans cette sauce au beurre de cacahuète et patates douces, où elle s'allie à d'autres ingrédients aromatiques comme le gingembre, la sauce soja et la coriandre. Le résultat est une véritable explosion de saveurs!

Riz

- 300 g de riz basmati
- 6 dl d'eau
- 0,6 dl de lait de coco
- 4 cc de sel
- en option, 8 à 10 cs de noix de coco râpée

Viande

- 400 g d'émincé de poulet (ou substitut végétarien)
- huile de sésame, de colza ou d'arachide pour frire
- sel et poivre

Sauce

- 1 oignon haché
- un peu d'huile de sésame
- ½ cc de coriandre en poudre
- 10 g de gingembre frais, râpé
- 2 cs de purée de tomate
- 5 dl d'eau
- 170 g de beurre de cacahuète
- 8 cs de sauce soja

- jus d'un citron vert
- piments en rondelles, à souhait
- 200 g de patates douces, en cubes
- 2 ½ dl de lait de coco
- sel, si nécessaire

Viande

1. Grillez le poulet dans un peu d'huile jusqu'à ce qu'il soit cuit. Assaisonnez-le légèrement avec sel et poivre, réservez-le au chaud.

Riz

1. Lavez et égouttez le riz. Faites-le bouillir avec l'eau, le lait de coco et le sel, réduisez le feu, mettez le couvercle sur la casserole et laissez-le gonfler pendant environ 18 minutes jusqu'à ce qu'il soit cuit et que l'eau se soit évaporée.
2. Pour terminer, incorporez éventuellement la noix de coco râpée.

Sauce

1. Blondissez l'oignon dans un peu d'huile de sésame, de colza ou d'arachide.
2. Ajoutez la coriandre en poudre, le gingembre et la purée de tomate, laissez cuire brièvement.
3. Ajoutez l'eau, le beurre de cacahuète, la sauce soja, $\frac{3}{4}$ du jus de citron vert et le piment; laissez frémir pendant 10 minutes en remuant de temps en temps. Ajoutez les patates douces, laissez mijoter 5 minutes de plus, puis versez-y le lait de coco. Laissez cuire la sauce jusqu'à ce qu'elle atteigne la consistance souhaitée et que les patates douces soient prêtes.
4. Enfin, mélangez le poulet avec la sauce, réchauffez brièvement et assaisonnez avec le jus de citron vert restant et/ou du sel.

Boschendal 1685 Chardonnay



Robe dorée. Nez frais et fruité aux arômes de citron vert, de pêche et d'ananas, avec des notes de vanille et de muscade. Bouche pleine aux tanins moelleux. Finale persistante.

[Voir dans le weinshop](#)