

Brochettes de poulet à la cacahuète, sauce yaourt

Préparation 15 mn

Cuisson 10 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

700 g de blancs de poulet taillés en cubes

1 gousse d'ail

4 c à s de pâte de cacahuète

15 cl de lait de coco

1 c à s de sucre roux

40 g d'amandes effilées

1 c à s de pâte de curry

Sel et poivre du moulin

Pour la sauce yaourt :

2 yaourts grecs

Jus d'1 citron vert

1 c à c de graines de coriandre écrasées au pilon

Sel et poivre

Mélanger le lait de coco, la pâte de cacahuètes, le curry, le sucre, l'ail pressé, du sel et poivre dans un saladier et ajouter les cubes de poulet. Laisser mariner 10 mn (voir conseil plus bas). Faire dorer à sec les amandes à la poêle.

Piquer les morceaux de poulet sur 4 brochettes et les poser sur une plaque antiadhésive si vous faites une cuisson au four. Enfourner 2 à 3 mn de chaque côté sous le grill du four préchauffé.

Pour la sauce yaourt mélanger tous les ingrédients et réserver au frais. Servir les brochettes saupoudrées d'amandes grillées avec la sauce et l'accompagnement de votre choix.

Conseil : si vous avez le temps, laisser le poulet mariner 4 h et verser 1 c à c de marinade sur chaque brochette une fois déposée sur la plaque de cuisson.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>