# Curry massaman

Durée totale: 50 min

Temps actif: 35 min

Facile



## Ingrédients

Pour 4 personnes

| | |
|---|---|
| **500 g** | viande de cuisse de poulet suisse (steak de hauts de cuisse), désossée |
| **4** | échalotes |
| **2** | gousses d’ail |
| **20 g** | gingembre frais |
| **500 g** | pommes de terre à chair ferme |
| **2 cs** | huile de colza HOLL ou huile de coco |
| **3 cs** | pâte de curry massaman ou pâte de curry rouge doux |
| **3 dl** | lait de coco |
| **2.5 dl** | bouillon de poule |
| **200 g** | riz parfumé ou basmati |
| **3.5 dl** | eau |
| | sel |
| **0.5 bouquet** | basilic thaï |
| **50 g** | cacahuètes rôties et salées |
| **1** | citron vert |
| **2 cs** | sauce de poisson ou sauce soja |

## Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

| | |
|---|---|
| **737** | kcal |
| **40 g** | de protéines |
| **76 g** | de glucides |
| **29 g** | de lipides |

Contient du gluten

sans lactose

## Préparation

1. Couper la viande en gros morceaux.

2. Peler les échalotes, les couper en deux, puis en fines lamelles. Peler et râper finement l’ail et le gingembre. Éplucher les pommes de terre et les couper en dés

3 Chauffer l'huile dans une casserole et y faire revenir l'ail, l'oignon les oignons et le gingembre. Ajouter le lait de coco, le bouillon et la pâte de curry et porter à ébullition. Ajouter les pommes de terre et la viande et faire cuire le curry à petit feu 30 minutes à couvert.

4 Rincer soigneusement le riz sous l'eau courante jusqu'à ce qu'elle soit claire. Dans une casserole, porter à ébullition le riz, l'eau et un peu de sel, laisser cuire à découvert pendant 5 minutes. Couvrir et laisser gonfler 20 minutes à feu minimum.

5 Effeuiller le basilic. Hacher grossièrement les cacahuètes.

6 Assaisonner le curry avec la sauce de poisson ou la sauce soja ainsi que le jus du citron vert. Ajouter le basilic. Dresser le curry et le riz sur des assiettes préchauffées, parsemer de cacahuètes et servir.