Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Facile **Temps de préparation : 5 min** **Temps de cuisson : 15/20 min**



CURRY DE POULET, POIREAUX ET RIZ

Ce curry de poulet au poireau est un plat simple, doux et parfumé, qui combine la tendresse du poulet et la saveur fondante du poireau pour un repas réconfortant et rapide à préparer.

- **Le Poulet** est sélectionné par Didier de la **Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

LES INGRÉDIENTS



Blanc de poulet
150 g



Riz
80g



Poireau
1



oignon
1 petit



Gousse d'ail
1



Creme
1



Curry
1 cuillère à café

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Sel et poivre
selon votre goût



Huile d'Olive
selon votre goût

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Faites cuire le riz dans l'eau bouillante salée 12mn. Egouttez et réservez avec un filet d'huile d'olive.

ÉTAPE 2

Coupez le poulet en petits dés

ÉTAPE 3

Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites revenir l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

ÉTAPE 4

Ajoutez le poireau émincé et laissez-le fondre quelques minutes à feu doux. Incorporez ensuite les morceaux de poulet, salez, poivrez, et faites-les dorer quelques minutes.

ÉTAPE 5

Saupoudrez de curry, mélangez bien pour enrober le poulet et les légumes. Versez la crème, puis laissez mijoter 3 à 5 minutes pour obtenir une sauce parfumée.

ÉTAPE 6

Servez le riz avec le curry bien chaud.