Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Facile **Temps de préparation : 10 min** **Temps de cuisson : 20 min**



CURRY VERT THAÏ À LA DINDE ET RIZ À LA CORIANDRE

Un curry vert doux et parfumé à base de dinde, accompagné de riz à la coriandre pour une touche fraîche et exotique.

- **La Dinde** est sélectionnée 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



Sauté de dinde
150g



Riz de Camargue
80g



Curry vert
1 cs



Echalote
1



Poireau
1



Gousse d'ail
1



Gingembre frais
1cm



Coriandre
1



Lait de coco
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile de tournesol
1 cs



Sel & Poivre
selon votre goût

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Dans une casserole d'eau bouillante salée, faites cuire le riz 12mn. Egouttez et réservez au chaud.

ÉTAPE 2

Ciselez l'échalote, râpez l'ail et le gingembre. Coupez le poireau en 2, lavez le et coupez le en fines demi-lunes. Effeuillez et ciselez la coriandre.

ÉTAPE 3

Faites chauffer un filet d'huile dans une poêle à feu moyen vif et faites y dorer les morceaux de dinde 3/4mn. Vous pouvez les coupez en plus petit morceaux si vous le souhaitez. Elle ne doit pas être totalement cuite à ce stade, salez et poivrez. Réservez la dinde à part.

ÉTAPE 4

Dans la même poêle, faites revenir l'ail, le gingembre, l'échalote et le curry (selon votre gout) 2mn à feu vif. Ajoutez le poireau, remuez et faites le cuire 9/11mn à couvert.(jusqu'à ce que qu'il n'y ait plus d'eau) Versez un filet d'huile si ça accroche.

ÉTAPE 5

Ajoutez le lait de coco, et la dinde. Mélangez puis couvrez et laissez mijoter 5mn.

ÉTAPE 6

Servez le curry et le riz dans des assiettes creuses, saupoudrez de coriandre.