



WOK POULET COCO ÉPICÉ

Un délicieux mélange de saveurs asiatiques pour voyage gourmand et épicé.

- **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

 **Nouilles chinoises**
100g

 **Blanc de Poulet**
150g

 **Concombre**
1

 **Oignon**
1

 **Gousse d'ail**
1

 **Gingembre frais**
1cm

 **Coriandre**
1

 **Lait de coco**
1

 **Epice piment et curry**
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

 **Huile de sésame ou Huile végétale (colza, tournesol)**

 **Sel & Poivre**
à votre convenance

 **cassonade**

 **vinaigre blanc ou de riz**

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Rapez finement l'ail, le gingembre, ciselez l'oignon. Coupez le poulet en lamelles Faites chauffer un filet d'huile dans un wok à feu moyen et faites y revenir l'ail, l'oignon et le gingembre 1/2mn.

ÉTAPE 2

Portez une casserole d'eau salée à ébullition.

ÉTAPE 3

Ajoutez le poulet au wok et faites le revenir 2/3mn. Saupoudrez de curry et piment et poursuivez la cuisson 1mn Ajoutez le lait de coco, faites mijoter 5/8mn

ÉTAPE 4

Coupez le concombre en deux, épépinez-le et coupez-le en demi-lunes. Placez-le dans un bol avec un peu de cassonade, vinaigre blanc ou de riz, sel et poivre, remuez et laissez mariner.

ÉTAPE 5

Faites cuire les nouilles 2/4mn. Egouttez-les puis rincez-les à l'eau froide, salez et poivrez

ÉTAPE 6

Placez le poulet sur les nouilles, et versez la sauce dessus. Mélangez bien, servez avec quelques brins de coriandre et servez le concombre dans un petit bol à côté.