

Poulet au beurre indien authentique



Ingrédients

- 3 c. à soupe de beurre clarifié (40 g)
- 1 oignon haché finement (200 g)
- 1/4 de c. à thé de cannelle en poudre (1 g)
- 2 c. à thé de gingembre frais râpé (10 g)
- 1 gousse d'ail écrasée
- 3 gousses de cardamome
- 1 c. à thé de curcuma (3 g)
- 1/2 piment rouge séché, émincé
- 2 poitrines de poulet désossées, coupées en cubes (600 g)
- 1 c. à soupe de pâte de tomates (15 ml)
- 1/4 de tasse d'amandes moulues (20 g)
- 1/2 tasse de tomates en conserve (125 g)
- 1/2 tasse de yogourt nature 2 % (125 g)
- 1/4 de tasse de crème 15 % (65 ml)
- 3 c. à soupe de coriandre fraîche (facultatif)
- 1 1/3 tasse de riz (240 g)

Étapes

1. Dans une grande poêle, faire sauter l'oignon dans le beurre 3 minutes à feu moyen-élevé. Ajouter la cannelle, le gingembre, l'ail, les gousses de cardamome, le curcuma et le piment rouge. Cuire le tout une minute en brassant.
2. Ajouter les cubes de poulet et faire sauter jusqu'à ce qu'ils perdent leur couleur rosée. Ajouter la pâte de tomates, les amandes et les tomates en conserve. Bien brasser, couvrir, baisser le feu et mijoter jusqu'à ce que le poulet soit tendre, environ 25 minutes.
3. Entre-temps, dans un petit bol, bien mélanger le yogourt et la crème. Ajouter ce mélange à la poêle en toute fin de cuisson et chauffer encore quelques minutes sans laisser bouillir. Saler au goût et retirer les gousses de cardamome.
4. Garnir de feuilles de coriandre si désiré et servir sur un lit de riz étuvé ou un riz basmati.

