



QUINOA GOURMAND AU POULET CARI



10 min.



25 min.

INGRÉDIENTS

250g TIPIAK Quinoa Gourmand
1 oignon (haché)
Huile d'olive
4 poitrines de poulet (tranchées)
Poudre de cari
250 ml Crème à cuisson
Persil
Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Faire cuire le quinoa Gourmand selon les indications sur l'emballage. Égoutter et réserver. Faites revenir les oignons dans une grande casserole à feu moyen. Ajouter les tranches de poitrines de poulet dans la poêle. Cuire quelques minutes jusqu'à ce que le poulet soit opaque et bien cuit. Saupoudrer la poudre de cari et verser dans la crème de cuisson. Ajouter sel et poivre pour assaisonner. Remuer et laisser mijoter 2 min. Déposer le Quinoa Gourmand à côté du poulet au cari. Garnir de persil. Conseil du chef : Remplacer la crème de cuisson avec du lait de coco.