



Curry vert de poulet ou Hariyali Chicken

Ingrédients pour 4 personnes

- 800 gr de blanc de poulet coupés en pièces de taille moyenne
- 2 gros oignons coupés en morceaux
- (3 - 4 piment vert) **optionnel**
- 2 cm de gingembre frais
- 3 gousses d'ail
- 1 tasse de coriandre fraîche
- ½ tasse de menthe fraîche
- 1 c à c de poudre de coriandre
- ½ c à c de poudre de cumin
- ½ c à c de curcuma
- ½ c à c de garam-masala
- 200 gr de yaourt nature
- Huile
- ½ c à c de sel
- 2 – 4 c à s d'huile
- Quelques feuilles de laurier

Préparation

1. Mixer la menthe et la coriandre avec un peu de sel et d'eau. Ajouter le yaourt ;

2. Mixer l'ail et le gingembre avec un peu d'huile et de sel jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Vous obtenez une ginger-garlic paste ;
3. Verser la marinade menthe/coriandre/yaourt sur le poulet, laisser reposer pendant 30 minutes ;
4. Dans une casserole, faire chauffer l'huile. Y mettre les feuilles de laurier ;
5. Verser le mélange ginger-garlic paste. Laisser cuire jusqu'à ce que l'odeur d'ail disparaisse ;
6. Ajouter la poudre de coriandre, le cumin et le curcuma ;
Ajouter les oignons. Laisser cuire jusqu'à ce que ceux-ci deviennent transparents.
7. Ajouter dans la casserole le poulet avec la marinade et le garam-masala ;
8. Laisser cuire pendant une 30aine de minutes ;
9. Servir avec du riz.

Le riz

1. Laver le riz Basmati à l'eau tiède;
2. Remplir la casserole d'eau. Ajouter de l'huile, du cumin et un mix d'épices (cardamome, badiane, cloves, Curry leaves, cannelle...) Un mélange vendu dans les épiceries indiennes ou dans les restaurants d'Ashok.
3. Laisser cuire pendant une 20aine de minutes et accompagner les plats d'un succulent riz parfumé aux six épices !

Bon appétit