

CUISSES DE POULETS AUX ABRICOTS ET AMANDES

MARTINE

Pour 4 personnes

INGREDIENTS :

500gr de cuisses de poulets

1 c à café de mélange 4 épices

2 gousses d'ail – 1 oignon

200r d'abricots secs moelleux

1 c à s de miel

100gr d'amandes effilées et torréfiées

50cl de bouillon de volaille

30 gr de gingembre en poudre

RECETTE

Faire dorer les morceaux de poulet

Eplucher et émincer oignon et ail, faire revenir

Ajouter 4 épices, miel, gingembre. Mélanger, ajouter les abricots

Verser le bouillon à hauteur.

Laisser mijoter environ 1 H, la sauce doit réduire de moitié, ajouter les amandes torréfiées

Goutez pour saler en raison de l'ajout du bouillon

Peut être servi avec de la semoule grain moyen ou « Tendres Perles »

N.B. :

Peut être réalisé avec des blancs de poulet taillés en cube ; le temps de cuisson de cuisson sera entre 20 et 30mn