

Poulet au beurre



Ingrédients

675 g (1 ½ lb) de hauts de cuisse de poulet désossés sans la peau, coupés en morceaux
45 ml (3 c. à soupe) de beurre ou de margarine
15 ml (1 c. à soupe) de poudre de cari (1W9I050)
2,5 ml (1/2 c. à thé) de poudre d'ail (9K027)
250 ml (1 tasse) de sauce marinara (MC12166) *
250 ml (1 tasse) de lait
Poivre au goût

Préparation

- 1- Dans une grande poêle antiadhésive, à feu vif, dorer les hauts de cuisses dans le beurre avec le cari et la poudre d'ail.
- 2- Ajouter la sauce marinara ou la sauce tomate et le lait.
- 3- Porter à ébullition en remuant et laisser mijoter doucement de 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit bien épaisse.
- 4- Servir avec du riz et du pain naan.

*Sauce marinara

796 ml (28 onces) de tomate en dés en conserve
15 g (1 c. à soupe) de base de sauce marinara
15 ml (1 c. à soupe) d'huile de canola

Préparation de la sauce :

- 1- Passer les tomates en dés au robot culinaire ou au pied mélangeur. Ajouter la base de sauce marinara et l'huile.
- 2- Amener à ébullition et réserver.

Rendement : Donne environ 4 portions de 300 g

Suggestions d'accompagnement : Pâtes alimentaires ou riz

À noter : Cette recette ne contient aucun MSG