

Lanières de poulet italiennes à la mijoteuse



Ingrédients :

4 poitrines de poulet en lanières
30 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola
30 ml (2 c. à soupe) de beurre
2 boîtes de tomates en dés (796 ml ou 28 oz)
30 ml (2 c. à soupe) de base pour sauce marinara MC-12166
4 grosses carottes en tronçons
1 gros oignon en gros dés
1 poivron de couleur en lanières
3 pommes de terre en dés
60 ml (4 c. à soupe) de pâte de tomate
2 feuilles de laurier 1W9L051
Sel et poivre au goût

Préparation :

1. Dans un poêlon, colorer les lanières de poulet avec l'huile et le beurre. Placer dans la mijoteuse.
2. Dans un bol, mélanger les 2 boîtes de tomates en dés avec la base marinara et la pâte de tomate. Verser sur les lanières de poulet.
3. Ajouter les légumes dans la mijoteuse et remuer.
4. Couvrir et cuire 3 à 4 heures à haute intensité.

Note : On peut ajouter de l'eau si la texture est trop épaisse.

Rendement : Donne environ 6 à 8 portions.