

RAGOÛT DE POULET AU CURRY (4 à 6 personnes)

- 4 blancs de poulet
- 2 oignons
- 2 carottes
- 1 gousse d'ail
- ¼ de litre de bouillon de volaille maison
- 4 c. à s. de crème fraîche épaisse
- ½ c. à c. de curry
- Huile d'olive
- Sel, poivre, thym, piment d'Espelette

Couper les blancs de poulet en gros cubes. Eplucher et émincer l'ail et les oignons finement. Eplucher et couper les carottes en fines rondelles.

Faire revenir l'ail et l'oignon dans une cocotte avec un filet d'huile d'olive; ajouter les cubes de poulet. Faites-les dorer sur toutes les faces en remuant.

Ajouter les carottes, le thym et laisser revenir en remuant. Déglacer ensuite avec le bouillon de volaille. Saler et poivrer.

Couvrir et laisser mijoter à feu doux 30 minutes.

En fin de cuisson ajouter la crème fraîche, le curry et une pointe de piment d'Espelette; remuer et laisser bouillonner 5 minutes le temps que la sauce épaississe.

