

Recette Poulet rhum-coco



Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 poulet (ou 6 cuisses ou 6 blancs)
- 2 cuillères à soupe de fécule
- 50 cl de lait de coco
- Pour la marinade :
- 10 cl de rhum brun
- 5 cl de sauce de soja
- 2 citrons verts bien lavés
- 2 ou 3 oignons nouveaux avec le vert
- (ou un beau blanc de poireau)
- 3 piments
- 1 petit morceau de gingembre frais

Préparation :

Préparer la marinade : mettre le rhum à chauffer dans une casserole et le flamber. Laisser "brûler" pendant 1 bonne minute. Puis laisser tiédir (pour aller plus vite, tremper la casserole dans de l'eau froide). Ajouter la sauce soja et le jus des 2 citrons (dont vous avez conservé les peaux).

Continuer la préparation de la marinade : émincer les oignons. Couper les peaux de citrons en gros quartiers. Découper le gingembre en brunoise (très petits dés). Ouvrir les piments en deux et ôter les graines, pour obtenir une sauce douce, les conserver pour une sauce plus relevée.

Entailler très profondément les morceaux de poulet. Les mettre dans un grand sachet de congélation avec tous les ingrédients de la marinade. Fermer le sac tout en vidant le maximum d'air. Le déposer dans un récipient creux et laisser mariner au frais, pendant environ 1 heure.

Au bout d'1 heure, égoutter soigneusement les morceaux de poulet. Séparer les oignons et le jus à l'aide d'une passoire. Mettre le poulet à griller, au barbecue ou en sauteuse.

Pendant ce temps, préparer la sauce : faire revenir les oignons égouttés dans un peu d'huile. Mélanger la fécule avec le jus de la marinade. Verser le tout sur les oignons et ajouter le lait de coco. Pour une cuisson au barbecue, laisser la sauce mijoter pendant que le poulet grille (environ 20 mn). En cocotte, mettre le poulet à mijoter dans la sauce 25 à 30 mn.

Servir avec un riz parfumé.