

LA THAÏLANDE



⇒ *Astuce du chef :*
On peut remplacer le poulet
par une autre protéine comme
de la dinde ou du poisson.

WOK DE POULET ASIATIQUE COCO

AVEC CANTADOU® PROFESSIONNEL CURRY



 Temps de préparation : 20 min • Temps de cuisson : 35 min

INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES :

- 25 cl d'huile de tournesol
- 2,5 kg d'oignons émincés
- 2,5 kg de carottes en rondelles
- 2,5 kg de courgettes en ½ rondelles
- 8 kg de filet de poulet émincé
- 2 L de jus de citron vert
- 1,5 L de lait de coco
- 7 L de bouillon de volaille reconstitué
- 3 kg de **Cantadou® Professionnel Curry**
- 200 g de coriandre ciselée surgelée
- Sel / Poivre

PROGRESSION DE LA RECETTE :

- Faire suer dans l'huile les légumes et laisser 10 min.
- Ajouter le poulet et cuire pendant 15 min en remuant.
- Déglacer avec le jus de citron vert. Laisser réduire et mettre le lait de coco.
- Mouiller avec la moitié du bouillon de volaille et cuire 15 min.
- Mélanger le reste du bouillon avec **Cantadou® Professionnel Curry**.
- Incorporer à la cuisson et laisser réduire jusqu'à la consistance souhaitée.
- Ajouter la coriandre ciselée et rectifier l'assaisonnement si besoin.

VALEURS NUTRITIONNELLES (pour 100 g)

Valeur énergétique	Matières grasses	dont acides gras saturés	Glucides	dont sucres	Protéines	Sel
410,2 KJ 98,1 kcal	5,6 g	3,3 g	2,4 g	1,7 g	9,1 g	0,5 g



LE + PRODUIT

Cantadou® Professionnel Curry apportera de la texture et du parfum à cette recette.