

Butter chicken



Ingrédients pour 8 personnes

4 blancs de poulet, 1 oignon, 2 gousses d'ail, 3 cm de gingembre frais, 1 c. à soupe de concentré de tomate, 1 boîte de 400 gr de tomates concassées ou 4 tomates réduites en purée, 50 gr de noix de cajou, 50 gr de beurre, 1 c. à soupe de coriandre poudre, 1 c. à soupe de cumin en grains, 1 c. à café de paprika, 4 c. à café de garam massala, 100 ml de crème fraîche, 1 citron, sel, huile végétale

Le poulet :

Couper le poulet en petites aiguillettes et les enrober de la marinade suivante : le concentré de tomates, la moitié de l'ail pressé, la moitié du gingembre râpé, le sel, 2 c. à café de garam massala, le jus d'1/2 citron vert. Réserver au frais

La sauce :

Dans une sauteuse faire revenir l'oignon émincé, le reste de l'ail et gingembre, laisser cuire 10 min en remuant pour éviter que cela accroche.

Ajouter le cumin, la coriandre, le paprika, le reste de garam massala en enrobant bien.

Verser 1 verre d'eau et laisser évaporer.

Ajouter à cette pâte épicée, la tomate concassée et les noix de cajou, 1 grand verre d'eau, couvrir et laisser mijoter à feu doux 20 min.

Pendant ce temps, chauffer 2 c. à soupe d'huile végétale dans une poêle et saisir le poulet sur toutes les faces. Réserver

Finition :

Passer la sauce épicée au mixeur de façon à obtenir une sauce onctueuse et la remettre dans la sauteuse avec le beurre coupé en morceaux et le poulet.

Les morceaux finiront de cuire dans cette sauce pendant 10 min.

Enfin ajouter la crème et servir aussitôt avec de la coriandre fraîche.