

SANDWICH DE POULET AU CARI VERT®



Poulet au cari vert:

- 1000 g de morceaux de poulet bio
- Au goût Sel de mer
- Au goût Poivre blanc
- 50 g de graisse de coco
- 150 g d'oignon blanc pelé et émincé
- 5 gousses d'ail pelées
- 120 g de pâte de cari vert thaïlandais
- 7 à 10 g de poudre de cari
- 400 g de lait de coco

Bouillon de poulet (au besoin)

Assemblage du sandwich:

- 10 pains à sandwich à la patate douce, cari et graines de lin
- 700 g de poulet au cari vert
- 50 g d'échalotes hachées finement
- 70 g de carottes marinées
- 70 g de radis chinois mariné
- 50 g de radis tranché finement

Feuilles de menthe (au besoin)

Feuilles de basilic thaïlandais (au besoin)

Jeunes feuilles de laitue frisée vertes et foncées (au besoin)

Instructions

Poulet au cari vert :

- /// Saler et poivrer les morceaux de poulet.
- /// Saisir à feu moyen dans la graisse de coco.
- /// Retirer le poulet et faire sauter les oignons et l'ail.
- /// Ajouter la pâte et la poudre de cari et cuire pendant quelques minutes.
- /// Transférer le poulet, les oignons et le mélange d'ail et cari dans une mijoteuse.
- /// Ajouter suffisamment de lait de coco et de bouillon de poulet pour couvrir les morceaux de poulet.
- /// Cuire à feu doux pendant 7 ou 8 heures.

Assemblage du sandwich :

- /// Couper le pain à la patate douce, cari et graines de lin en deux à l'horizontale.
- /// Couvrir la moitié inférieure avec les feuilles de laitue.
- /// Recouvrir avec le poulet au cari vert et garnir avec les échalotes, les légumes marinés, les radis et les herbes.