

Poulet à la cacahuète

INSTRUCTIONS : pour deux personnes, cette recette est un petit peu différente car elle est faite à base de cacahuète. Afin de choisir au mieux votre beurre de cacahuète, je vous conseille de regarder les ingrédients, il doit y avoir uniquement... Des cacahuètes !



Instructions

1. Pelez l'ail, l'oignon, les carottes et découpez-les ainsi que les poivrons et le piment en petits morceaux. Découpez également en petits morceaux le poulet.
2. Dans un wok, faites revenir l'ail, l'oignon dans l'huile d'olive sur feu moyen. Ajoutez le poulet, les légumes, le piment et laissez cuire à couvert. C'est meilleur quand les légumes sont tendres et fondants.
3. Préparez la sauce : versez tous les ingrédients dans un bol et mélangez bien.
4. Faites bouillir de l'eau dans une casserole pour y faire cuire vos nouilles selon les instructions sur le paquet.
5. Réservez le poulet et les légumes et faites cuire 2 minutes votre sauce dans le wok, ajoutez les nouilles ainsi que les légumes et le poulet et mélangez bien.
6. Dressez votre assiette avec les feuilles de coriandre et les cacahuètes par dessus et savourez votre plat.

Liste des courses

Ingrédients	Quantité
Nouilles	200g
Poulet	300
Poivrons	2
Carottes	3
Oignons rouges	2
Ail	2
Huile d'olive	1 càs
Coriandre	Feuilles
Piment	1
Cacahuètes grillées	20
Beurre de cacahuète	1 càs
Sauce soja salée	1 càs
Miel	1 càs
Eau	1 càs

Sel, poivre