

POULET A LA SAUCE MANGUE D'ELVIRA



Pour 4 personnes

1 poulet coupé en 8 morceaux
1 oignon finement haché
2 mangues
20 ml de bouillon de volaille
2 c à soupe de beurre
3 c à soupe d'huile
1 c à café bombée de zeste de citron râpé
1 bonne pincée de coriandre moulue
1 bonne pincée de cannelle moulue
Sel et poivre

Assaisonner les morceaux de poulet avec du sel et du poivre...

Eplucher les mangues et ôter le noyau. Trancher finement les mangues. Réservez...

Faire dorer les morceaux de poulet sur toutes les faces dans 1 cuillère à soupe d'huile et de beurre, pendant une dizaine de minutes. Oter les morceaux de poulet de la poêle et réserver au chaud...

Faire chauffer l'huile restante dans une cocotte...

Y faire revenir l'oignon haché jusqu'à ce qu'il devienne transparent...

Ajouter les tranches de mangues. Remuer et faire revenir pendant quelques minutes...

Ajouter les morceaux de poulet réservés...

Ainsi que le bouillon de volaille, le zeste râpé et les épices...

Couvrir la cocotte et cuire à feu doux pendant 50-60 minutes...

Rectifier l'assaisonnement en cours de cuisson...