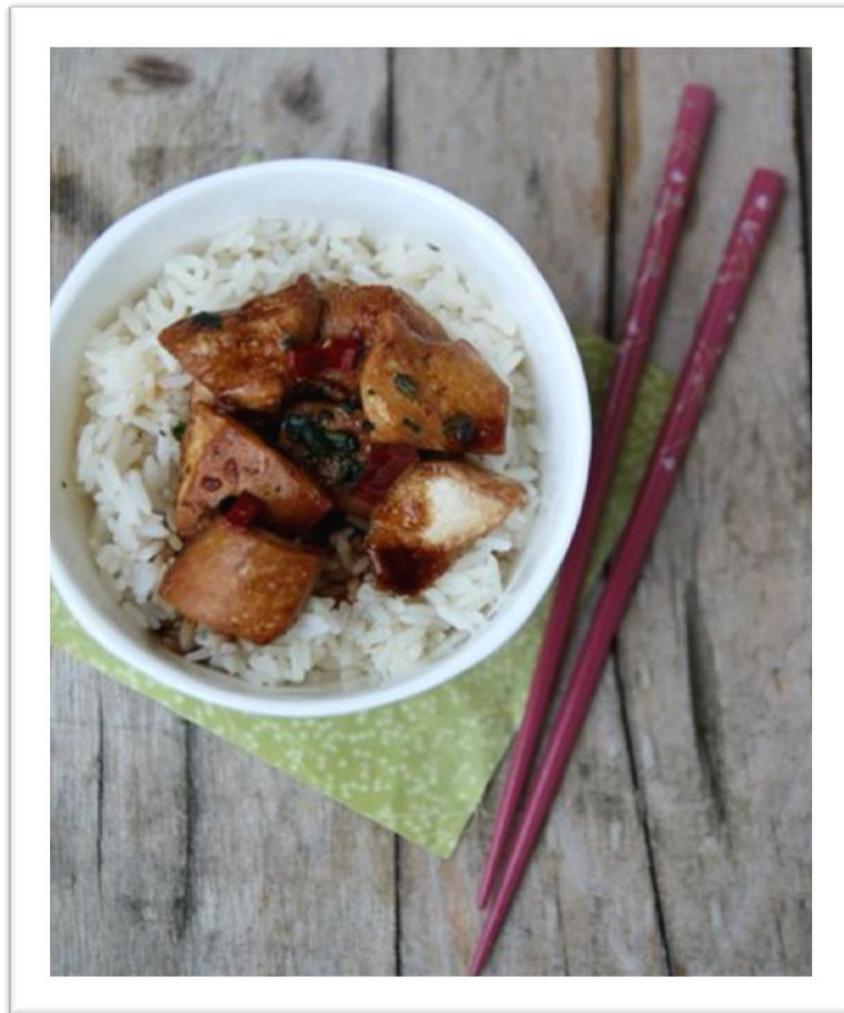




POULET CAMELISE AU GINGEMBRE

A savoir : si vous ne trouvez pas de vin de riz, remplacez-le par du Noilly Prat ou du Xérès sec.



Ingrédients pour 4 personnes : 4 blancs de poulet, 1 c. à soupe bombée de sucre, 2 c. à soupe de sauce soja, 2 c. à soupe de vin de riz, 1 c. à soupe de gingembre râpé, le jus de 1/2 citron, une pointe de piment (facultatif), huile neutre (tournesol, colza).

Coupé le poulet en gros dés. Mélangez le sucre, la sauce soja, le vin de riz, le gingembre, le jus de citron et le piment dans un bol. Faites-y mariner le poulet de 3 à 4 heures au frais, en les retournant de temps en temps.

Faites chauffer un peu d'huile neutre dans une poêle à feu assez vif, puis ajoutez le poulet pour le saisir. Réduisez le feu, couvrez et laissez environ 10 minutes, jusqu'à ce qu'il soit cuit. Ôtez le couvercle et laissez cuire encore 1 minute pour que la sauce épaississe. Servez avec du riz.