

LA SOUPE ÉPICÉE AU POULET ET AUX PATATES DOUCES

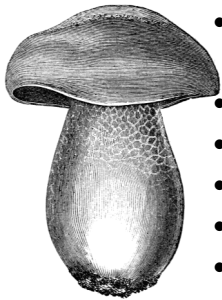
Pour 8 personnes

Préparation: 15min

Temps de cuisson: env. 45 min

INGREDIENTS

- 4 patates douces coupées en dés
- 4 cuisses de poulet (ou 4 blancs de poulet)
- 2 carottes coupées en dés
- 2 branches de céleri émincées
- 125ml de riz basmati
- 60ml de concentré de tomate
- 800ml de tomates concassées
- 1L de bouillon de poulet
- 1 c. à thé de pâte de curry rouge fort/ 3 c. à soupe de pâte à curry rouge doux
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 oignon haché
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de coriandre fraîche ciselée
- Sel, poivre



MATERIEL NECESSAIRE

- 1 économe
- 1 grande casserole



1. Dans une grande casserole, mettez l'huile d'olive à chauffer à feu moyen. Saisissez l'oignon et l'ail pendant 1 à 2 minutes
2. Ajoutez-y les cuisses avec la peau/ blancs de poulet et saisissez-le pendant 2 min. Puis ajoutez la pâte de curry rouge, le bouillon de poulet, les tomates broyées, les carottes, le céleri et le concentré de tomate. Salez et portez à ébullition.
3. Laissez mijoter à feu doux pendant 30min.
4. Retirez le poulet du feu et déposez-le sur une planche à découper.
5. Ajoutez le riz et les dés de patates douces à la soupe. Cuire à feu doux pendant 10 min.
6. Pendant ce temps, défaites la chair du poulet en morceaux. Jetez la peau et les os.
7. Ajoutez le poulet cuit et la coriandre fraîche et laissez cuire pendant 5 min.
8. Servez très chaud.

NOTRE SUGGESTION: pour ajouter du liant et éventuellement atténuer le piquant du curry rouge, vous pouvez ajouter une c. à soupe de crème fraîche ou de lait de coco dans les assiettes avant de les servir.

Tous ces ingrédients sont disponibles chez Pimlico.