

Colombo de poulet

Ingrédients :

Marinade :

- 2 gousses d'ail
- 1 cuillerée à soupe de poudre de colombo
- 2 feuilles de bois d'Inde, cassées
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre
- jus de 2 citrons
- 1 clou de girofle
- 1 piment frais
- sel, poivre

Recette :

- graines à roussir (moutarde, cumin, fenugrec)
- 1 poulet
- 4 cuillerées à soupe de poudre de colombo
- 3 pommes de terre (aubergine, courgette, etc.)
- 1 gros oignon France
- 5 cives
- 2 gousses d'ail
- 2 feuilles de bois d'Inde, entières
- thym, persil
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- sel, poivre

Préparer une marinade. Disposer dans un bol le vinaigre, jus de citron, ail écrasé, poudre de colombo, girofle, feuille de bois d'Inde, piment, sel et poivre. Découper le poulet en le piquant avec la pointe d'un couteau. Couvrir la viande de la marinade et laisser mariner 2 h minimum au réfrigérateur.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile ; y faire revenir les graines à roussir jusqu'à ce qu'elles crépitent comme des popcorns. Enlever les graines et les réserver. Faire réchauffer l'huile et y faire revenir les cives grossièrement hachées, l'oignon émincé, 1 branche de thym et 3 tiges de persil haché ainsi qu'une pincée de bois d'Inde. Ajouter les morceaux de poulet après avoir enlevé la marinade en la réservant. Faire roussir le poulet ; incorporer les 4 cuillerées à soupe de poudre de colombo, mouiller avec de l'eau à hauteur du poulet, saler, poivrer. Couvrir et laisser cuire 20 mn à feu moyen. Éplucher les pommes de terre et les couper en petite cubes. Les ajouter au poulet. Poursuivre la cuisson de nouveau 20 mn.