



Poulet aux olives, un plat qui fait voyager

RECETTES - REPAS - VOLAILLES



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 37 MIN

TEMPS DE REPOS : 4H

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 3 gousses d'ail, écrasées
- 1 c. thé de paprika
- 1 c. thé de gingembre moulu
- 1/2 c. thé de cumin moulu
- 4 c. table d'huile d'olive
- 4 poitrines de poulet, coupées en dés
- 1 gros oignon jaune, haché
- 1 2/3 tasse de bouillon de poulet
- 1 poignée de persil , haché
- Une pincée de filaments de safran
- 1 tasse d'olives vertes dénoyautées ou plus au goût
- Le zeste d'un citron
- Le jus d'un demi-citron
- Sel et poivre au goût.

Préparation

1. Mélanger l'ail, le paprika, le gingembre et le cumin avec 3 c. soupe d'huile d'olive.
2. Mettre les morceaux de poulet dans un plat peu profond et faire mariner avec le mélange d'épices et d'huile pendant 3-4 heures.
3. Faire chauffer le reste de l'huile dans une casserole et faire revenir l'oignon 2-3 minutes.
4. Ajouter le poulet et la marinade et faire brunir légèrement le poulet.
5. Mettre le persil, le safran et le bouillon.
6. Faire cuire à feu doux pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit.
7. Retirer le poulet et le garder au chaud.
8. Ajouter les olives, le zeste et le jus de citron.
9. Saler et poivrer.
10. Porter à ébullition et faire bouillir à feu vif jusqu'à réduction de la sauce.
11. Verser sur le poulet.
12. Servir avec du riz ou du couscous.