

## RECETTE DE LA FRANCOPHONIE



Sénégal

**Nom de la recette :**

**Pour :**

**Temps de cuisson :**

**Ingrédients :**

- 1 kg de riz blanc
- 6 oignons
- sel, poivre, piment en poudre
- 2 gousses d'ail
- 1 ou 2 cuillerées à soupe de moutarde forte
- 2 cubes de bouillons
- le jus de 3 à 5 citrons
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1/2 poivron vert
- 1/2 poivron rouge
- 1 piment frais
- 20cl d'huile végétale
- 1 poulet (1K500g)

Yassa au poulet

6 personnes

60 minutes

**Préparation :**

- 1) Préparez la marinade. Mélangez la moutarde, 4 c. à soupe d'huile et le jus de citrons. Salez et poivrez.
- 2) Découpez le poulet en morceaux, puis badigeonnez-le avec la marinade. Laissez reposer 2 h dans un plat filmé au réfrigérateur.
- 3) Émincez 4 oignons en fines lamelles. Mélangez-les au reste de la marinade et laissez reposer encore 2 h.
- 4) Après repos, dans une sauteuse d'une taille suffisante, versez 4 c. à soupe d'huile et faites dorer les morceaux de poulet à feu vif.
- 5) Retirez les morceaux de poulet, égouttez et réservez. Ajoutez les oignons émincés et faites revenir à feu doux environ 10 min. Dès que les oignons commencent à changer de couleur, ajoutez les morceaux de poulet, les 2 cubes de bouillon, 2 verres d'eau et le piment entier.





## la francophonie

- 6) Mélangez et laissez cuire 40 à 45 min à feu moyen, en remuant de temps en temps. Assaisonnez selon votre convenance.
- 7) Cuire le riz au cuiseur.
- 8) Servir la sauce et le poulet sur le riz blanc.