

Le petit gratin de poulet Korma au fromage frais...



Le week-end dernier, j'ai acheté le dernier numéro du magazine "Gourmand" spécial petits plats gratinés et en le feuilletant je suis tombée sur cette recette toute simple, assez rapide, économique et j'ai voulu tester, bien entendu ! Je n'ai (presque) rien modifié à la recette de base si ce n'est que je ne l'ai pas servi avec le citron car les enfants n'aiment pas ça et je trouvais ça accessoire mais pour le reste j'ai tout suivi à la lettre et le résultat est assez surprenant...on sent bien le goût des épices même si ça ne pique pas et puis il y a ce côté original et exotique de la poudre de coco légèrement dorée au grill...

D'origine indienne, ce plat est très populaire là-bas et chez vous il changera certainement du traditionnel Poulet au curry !

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES :

6 filets de blanc de poulet, 3 gousses d'ail, 1 oignon jaune, 6 tiges de coriandre fraîche, 1 citron (honnêtement facultatif), 250 g de fromage frais (moi j'ai pris du St Morêt mais le Philadelphia peut aussi faire l'affaire ou du fromage blanc simplement), 2 belles cuillères à soupe de crème fraîche, 1 cc de curcuma, 1 cc de gingembre moulu, 1cc de coriandre moulue, 1cc de cumin moulu, 6 graines de Cardamome, un peu de noix de coco râpée, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

PRÉPARATION :

1. Pelez l'ail et l'oignon. Placez les dans le bol d'un mixeur, ajoutez le fromage, la crème, les épices et mixez.
2. Coupez les filets de poulet en petits dés (1 cm environ) et mettez les dans un saladier. Recouvrez-les de la sauce au fromage, filmez et réservez 30 minutes.

3. Au bout de ce temps, faites chauffer l'huile dans une sauteuse et faite cuire le poulet avec la sauce de la marinade 10 minutes à feu doux en remuant sans cesse.
4. Préchauffez le four à 210° (Th 7).
5. Versez la préparation du poulet dans un plat à four et saupoudrez de noix de coco en poudre.
6. Enfournez et faites gratiner 10 à 13 minutes, le dessus doit être bien doré.
7. Lavez et séchez la coriandre fraîche. Coupez les citrons en quartiers. Servez chaud avec la coriandre et le citron.



Ici, je l'ai servi avec des haricots verts mais je pense que comme pour le poulet au curry il sera également très bon avec du riz.

Présenté en petites cocottes individuelles, il sera parfait pour épater ses invités.