

Cuisse de poulet au curry

Difficulte : Facile

Preparation : 25 min / Marinade : 1 h

Cuisson : 1 h

Ingredients pour 2 personnes :

2 cuisses de poulet

1 cuil a soupe de curry

1 cuil a cafe de curcuma

1 tablette de bouillon de volaille degraisse

le jus d'un petit citron

5 cl d'huile d'olive

Sel & poivre

Preparation :

Melangez dans un bol le curry et l'huile d'olive.
Salez legerement, poivrez generousement, ajoutez le jus de citron et bien melanger.

Deposez les cuisses de poulet dans un plat allant au four
et enduisez-les bien de la preparation de tous cotes.
Couvrez, laissez mariner au moins 1 heure au frais.

Prechauffez votre four a 180° C (Th.6).

Enfournez et laissez cuire 30 min.

Pendant ce temps, faites fondre au micro- ondes la tablette de bouillon de volaille
et 1 cuil a cafe de curcuma dans 25 cl d'eau.

Apres 30 mn de cuisson, arrosez les cuisses de poulet avec la totalite
du bouillon de volaille au curcuma.

Poursuivez la cuisson 30 mn en arrosant du jus de cuisson de temps en temps.

Vous reste plus qu'a passer a table

Accompagnez de riz ou de pates

Bon appetit a toutes & tous !!