

POULET AUX AMANDES

Préparation: 10 minutes

Cuisson: 15 minutes

2 personnes:

2 escalopes de poulet

1 gros oignon

1 filet d'huile d'olive

1/2 cc de cannelle

1/2 cc de piment doux

1/2 cc de curcuma

1 cc de graines de cumin

1 pincée de poivre et du sel

1 petite poignée d'amandes effilées

200 g de tomates concassées

100 gr amandes effilées pour la déco finale

1. coupez les escalopes de poulet en morceaux de 2-3cm.

Epluchez et retirez le germe d'un oignon puis le découper en fines lamelles.

Dans un grand faitout, mettez à cuire l'oignon dans un peu d'huile d'olive chaude sur feu moyen.

Ajoutez les épices : la cannelle, le piment doux, le curcuma et les graines de cumin.

Lorsque les oignons ont sué, mettez à cuire les morceaux de poulet.

Bien mélangez sur feu moyen.

Ajoutez sel et poivre.

Ajoutez les amandes effilées et bien mélanger.

Laissez cuire 2 min sur feu doux-moyen.

Ajoutez ensuite 200 g de tomates concassées.

Bien mélangez puis ajouter le reste de tomates concassées (100 g).

Mélangez de nouveau puis sur feu très doux, laissez cuire sous couvercle pendant 15 min.