

alimentarium



Menu ethnique

Menu ethnique

Poulet à l'aigre doux et ses légumes

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

1,2 kg d'émincé de poulet dans la cuisse

267 g d'oignon tige

282 g de poivron rouge et orange

514 g d'ananas frais ou boîte selon saison

253 g de pois mange-tout

40 g de gingembre frais

28 g d'ail

180 g de purée de tomate

12 g de sucre

60 g de Maïzena

60 ml de vinaigre de vin blanc

180 ml de sauce soja

12 g de sel

60 ml d'huile d'arachide

60 ml d'huile de sésame

Réalisation

- Laver le poivron, l'oignon et couper les en morceaux. Réserver les tiges.
- Hâcher le gingembre et l'ail.
- Coupez l'ananas en cube ainsi que le poulet.
- Mélanger les 2 huiles dans une poêle, faire revenir le poulet puis le réserver dans un plat.
- Faire revenir le poivron, l'oignon, le gingembre et l'ail dans la poêle.
- Ajouter le vinaigre, la sauce soja, l'ananas et les pois mange-tout, mijoter 3 mn.
- Rectifier l'assaisonnement.
- Rajouter le poulet et servir avec le riz.

Riz parfumé aux herbes

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

600 g de riz basmati

900 ml d'eau

12 g de sel

13 g d'herbes aromatiques (citronnelle, thym...)

Réalisation

- Laver le riz 2 fois dans une casserole.
- Verser l'eau dessus, le sel et les herbes.
- Laisser cuire 15 minutes et retirer du feu.
- Laisser le riz finir de gonfler.

Menu ethnique

Gelée de fruits

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

720 g de lait de coco

240 ml d'eau

60 ml de sirop de grenadine

120 g de sucre

12 g d'agar agar

Réalisation

- Mélanger tous les ingrédients dans une casserole
- Porter à ébullition
- Verser dans des petits moules
- Laisser tirer au réfrigérateur

Ce dessert sera servi avec des fruits frais exotiques.