

## Poulet au lait de coco

**Valeurs nutritionnelles** : Protéines : 30,8 g ; Lipides : 7,7 g ; Glucides : 2 g

### Ingrédients (pour 5 personnes) :

- 5 filets de poulet
- 100 ml de lait de coco
- 1 oignon
- Huile d'olive
- Curry
- Epices (selon son envie)



### Etapes :

1. Assaisonnez le poulet avec le sel, le poivre et les épices.
2. Dans une cocotte (ou autre), faites chauffer une cuillère à soupe d'huile et faites-y revenir le poulet. Laissez dorer.
3. Ajoutez l'oignon et laissez suer quelques minutes
4. Ajoutez de l'eau à hauteur. Ajoutez le curry.
5. Après le premier bouillon, versez le lait de coco. Laissez cuire jusqu'à épaississement de la sauce.
6. Servez avec l'accompagnement