Tajine estivale au Poulet

Les ingrédients

- 6 tranches de Poulet Nature HERTA
- 250g de Petits Pois (surgelés)
- 750g de Pommes de terre grenailles
- Bouillon de poule
- 6 carottes, jeunes
- 1 courgette
- 1 oignon & 2 gousses d’ail
- Huile d’olive, Curry Madras, coriandre, laurier, citron

Préparation:

- Émincez l’oignon et l’ail. Coupez les carottes en tronçons de 4 cm et coupez-les en deux. Divisez les pommes de terre grenailles en quatre. Coupez la courgette en 2 et divisez en cubes. Coupez le citron en rondelles.
- Versez les petits pois dans un tamis et rincez-les sous un robinet d’eau chaude. Réchauffez le tajine ou la braisière. Faites chauffer l’huile d’olives et faites-y revenir l’oignon et l’ail avec les épices Curry madras jusqu’à ce que les arômes se libèrent.
- Ajoutez les morceaux de carottes et les pommes de terre grenailles et faites sauter le tout pendant 2 minutes. Déglacez avec le bouillon de poule, le laurier et quelques brins de coriandre. Couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant 10-15 minutes. Assaisonnez éventuellement selon le goût avec du poivre et sel. Ajoutez la courgette, les petits pois et les rondelles de citron et laissez mijoter pendant 5-8 minutes. Juste avant de servir, ajoutez des lamelles de Filet de poulet HERTA et finalisez avec de la coriandre fraiche.

Préparation: **15-30 min**

Type de plat: **Plat principal**

Personnes: **4**