

Poulet Thaï épicé au basilic

Ingrédients:

Purée de piment:

4 piments thaï
3 gousses d'ail
1/2 poivron rouge

Sauce:

1 c. à table de sauce d'huîtres
1 c. à table de sauce soya claire
2 c. à thé de sauce de poisson
1 1/2 c. à thé de sauce soya sucrée (ou mélasse)
2 c. à table d'eau
1 1/2 c. à thé de sucre

Sauté:

350g de poulet (poitrine ou hauts de cuisses)
1/2 tasse d'haricots longs coupés en morceaux de 1 pouce
1/2 oignon jaune coupé en gros dés
1/2 poivron rouge coupé en languettes minces de 1 pouce
2 gousses d'ail hachées finement
1 1/2 tasse de basilic thaï frais, coupées en 2

Étapes:

Note: cette recette peut être ajustée pour son niveau de piquant. Nous utilisons 4 piments thaï en enlevant les graines. Vous pouvez ajuster ce niveau selon vos goûts et préférences.

Dans un broyeur, mélanger les 4 piments thaï, 3 gousses d'ail et un demi poivron rouge pour obtenir une purée. Mettre de côté.

Dans un bol, mélanger tous les ingrédients ci-haut qui composent la sauce. Mettre de côté.

Hacher le poulet à l'aide d'un couteau de boucher (voir vidéo).

Préparer tous les légumes pour le sauté.

Dans un wok, mettre un peu d'huile, ajouter les oignons à feu moyen et cuire environ 1 minute. Ajouter l'ail et la griller environ 15 secondes (pour qu'elle soit dorée). Ajouter la purée de piment et la faire griller 15 secondes. Ajouter le poulet en prenant soin

Quand le poulet est bien séparé, ajouter la sauce ainsi que les morceaux de poivron rouge et les haricots coupés.

Cuire en ajoutant un peu d'eau tout au long de la cuisson pour aider à la cuisson des légumes. Quand les légumes sont tendres selon vos goûts, fermer le feu, mettre toutes les feuilles de basilic et bien mélanger.

Servir avec du riz de votre choix. Vous pouvez presser un quartier de lime (au goût).