

Poulet coriandre orange



Pour deux personnes

- 2 filets de poulet
- 2 nids de vermicelles de riz
- 1 cuillère à soupe de sauce soja sucrée
- 1 cuillère à soupe de sauce soja claire
- 2 oranges
- 1 cuillères à soupe de miel
- Poivre
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 botte de coriandre (ciselée)
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame (à défaut, d'huile neutre)

Dans un bol, mettre le jus d'une orange, les sauces soja et le miel, poivrer, mélanger.

Ajouter le poulet coupé en morceaux de la taille d'une bouchée, mélanger et laisser mariner une demi-heure.

Dans une poêle, mettre l'huile de sésame et ajouter l'oignon coupé en petits morceaux. Laisser cuire une dizaine de minutes jusqu'à ce que l'oignon soit fondant, puis ajouter le poulet, en prenant soin de ne pas mettre trop de marinade. On garde la marinade précieusement pour après.

Laisser cuire jusqu'à ce que le poulet soit doré puis ajouter la marinade.

Pendant que le poulet cuit, réhydrater les vermicelles dans de l'eau bouillante. Attention, quelques minutes suffisent : ils ne doivent pas rester trop longtemps dans l'eau sous peine de se transformer en magma infâme.

Egoutter les vermicelles et les remettre dans la casserole, couvrir.

Dans la poêle où se trouve le poulet, ajouter l'ail coupé en petits morceaux et le jus de la seconde orange, mélanger et laisser chauffer deux minutes.

Verser le contenu de la poêle dans la casserole où se trouvent les vermicelles, ajouter la coriandre, mélanger et servir de suite.