

La recette gourmande de Geneviève



Poulet aux pruneaux et amandes

Recette pour 4 personnes

1 **Ingrédients** : poulet : 2 cuisses ; 2 pilons ; 4 blancs ; 250 g de pruneaux dénoyautés ; 1 oignon de 300 g ; 30 cl d'eau ; 1 cuillère à café en poudre de cannelle ; 1 cuillère à café de curcuma ; 1/2 cuillère à café de gingembre en poudre ; 4 cl d'huile d'olive ; 40 g d'amandes blanches ; sel et poivre.

2 **Opérations** :

- Déposer les pruneaux dans une casserole, couvrir d'eau, ajouter la cannelle. Amener à ébullition et réserver. Séparer les fruits du jus de cuisson.
- Émincer les oignons.
- Faire revenir les oignons dans 2 cl l'huile, avec le curcuma et le gingembre, réserver.
- Saler et poivrer les morceaux de poulet et les faire dorer à feu vif dans la sauteuse avec l'huile restante. Compter 15 minutes.
- Dégraisser si besoin.
- Rajouter les oignons et mouiller avec l'eau de cuisson des pruneaux.
- Laisser mijoter environ 35 minutes. Piquer pour vérifier la cuisson des morceaux.
- Ajouter les pruneaux, compter 10 minutes et terminer la cuisson.
- Faire dorer les amandes à sec dans une poêle.
- Dresser et ajouter les amandes.

Servir accompagné de petites pâtes décoratives ou du riz.

Chocolat à l'eau (à la demande des gourmand(e)s qui ont dégusté ce chocolat lors d'une randonnée)

1 **ingrédients** : 1 l d'eau ; 250 g de chocolat noir dessert à 52 % mini de cacao ; 80 g de sucre de canne complet ; 2 pincées de cannelle.

2 **Opérations** :

- Séparer les carrés de chocolat.
- Amener à l'ébullition, l'eau, le sucre et la cannelle.
- Verser les carrés de chocolat et mélanger avec le fouet jusqu'à complète dissolution.
- Reposer 5 minutes à couvert. Servir.

Cette recette n'accompagne pas le poulet aux amandes