



Poulet à la rhubarbe

INGRÉDIENTS

- 500 g escalope de poulet
- 450 g rhubarbe
- 1 botte oignon nouveau
- 4 cuillère à soupe sauce soja
- 2 cuillère à soupe moutarde à l'ancienne
- 2 cuillère à soupe miel
- 1 bouillon cube maison

PRÉPARATION

Coupez le poulet en petits morceaux et faites-le mariner au frais avec la sauce soja, le miel et la moutarde pendant 1 heure.

Pelez la rhubarbe et détaillez-la en tronçons de 2 cm.

Ciselez les oignons.

Faites revenir les oignons dans un peu d'huile puis ajoutez la rhubarbe et de l'eau à mi-hauteur. Laissez cuire à feu doux jusqu'à réduction de moitié.

Ajoutez le poulet avec sa marinade et le bouillon cube et laissez cuire encore 10 minutes à feu moyen.

Servez avec du riz

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN
TEMPS DE MARINADE 1H
TEMPS DE CUISSON : 15MN
TEMPS TOTAL : 1H30MN