

Poulet à la vanille

Recette proposée par Véro, Raisonnable, Pour 6 personnes

Préparation: 30 minutes Cuisson: 45 minutes



Les ingrédients:

- 1 poulet
- 1 boîte de tomate
- 3 oignons
- 4 gousses d'ails
- 1 gousse de vanille
- 1c à café de curcuma
- Sel Poivre
- thym

Comment faire:



1) Préparer tous les épices, éplucher les oignons, l'ail... -



2) écraser l'ail, le sel et le poivre dans un mortier. -



3) Couper finement les oignons et les tomates. -



4) Couper le poulet en morceau et les faire dorer dans une poêle. -



5) Réserver les morceau de poulet une fois dorés. -



6) Faire revenir l'oignon dans le suc du poulet. -



7) Rajouter les épices écrasés et une cuillère à soupe de curcuma. Bien mélanger. -



8) Rajouter la tomate. -



9) Bien mélanger et rajouter la gousse de vanille. -



10) Rajouter les morceau de poulet, rajouter un petit verre d'eau si nécessaire. Laisser mijoter le tout un petit quart d'heure. -

Le petit plus

Vers chez nous, sur l'île de la Réunion, on l'accompagne toujours avec du riz et un petit achards... Un vrai délice... :)

**Cette recette vous a plu ?
N'oubliez pas de laisser un
commentaire et une note sur le site.
Merci.**

Simplement Cuisine



Scannez ce QrCode et retrouvez la
recette en ligne !

2026 - [www.simplement-cuisine.fr](http://www simplement-cuisine.fr)