

19 mars 2010

# Poulet Yassa –SENEGAL

## Pour 4-5 personnes:

- ◇ 1 poulet coupé en 4
- ◇ 1 kg d'oignons
- ◇ Ail
- ◇ 5 citrons verts
- ◇ 1 kg de riz cassé 1 fois
- ◇ Huile d'arachide
- ◇ Sel poivre
- ◇ Moutarde
- ◇ Vinaigre de vin
- ◇ Bouquet garni
- ◇ Persil frais
- ◇ 1 piment rouge
- ◇ Olives vertes noyautées



Partici-  
pants:  
Pape  
Danièle  
Corinne  
Bernadette  
Joëlle  
Josette  
Francis  
Alla  
Florida  
Nicole  
Françoise

Peler et couper les oignons en fines lamelles.

Effeuille le persil

Presser les citrons verts. Garder la pulpe.

Mettre à macérer les morceaux de poulet dans un saladier avec les oignons coupés, la pulpe des citrons verts, les 2/3 du jus de citron vert. Ajouter du sel, du poivre noir, 1 cuillère à soupe de moutarde, un peu de vinaigre de vin, de l'huile d'arachide, les 2/3 du persil, l'ail en fines lamelles, remuer délicatement et laisser macérer 10 minutes.

Mettre à cuire le riz, cassé 1 fois dans un volume d'eau, à peine supérieur à celui du riz.

Ajouter dans l'eau, du gros sel et de l'huile d'arachide. Verser le riz à ébullition de l'eau et laisser cuire à couvert et sur feu doux, le temps de la cuisson du reste.

Mettre à cuire au wok, les morceaux de poulet macérés, dans de l'huile d'arachide, à feu vif. Laisser dorer et cuire. Réserver les morceaux de poulet.

Dans un grand faitout, mettre à cuire dans de l'huile chaude le mélange de macération (oignons, citrons verts), rajouter les morceaux de poulet, remuer délicatement, rajouter sur le dessus le piment rouge, le bouquet garni, couvrir et laisser cuire 45 minutes sur feu très doux. Les oignons vont donner du jus et le poulet finira de cuire ainsi. A la fin de la cuisson, rajouter le reste de jus de citron, le reste de persil et les olives. Servir avec le riz.