

# Poulet garam masala

J'ai trouvé cette recette dans le livre Thermomix "Le meilleur de votre esp@ce recettes". Je l'ai déjà faite plusieurs fois et à chaque fois tout le monde se régale.

Je prépare le mélange garam masala moi même comme indiqué sur la recette mais vous pouvez en acheter du tout fait si vous n'avez pas le temps ou si vous n'avez pas un mixeur puissant.

Je fais toujours cette recette avec du riz.



**Ingredients:** (pour 6 pers)

***Mélange garam masala***

1 CS de grains de poivre noir

1 CS de grains de coriandre

1 CS de grains de cumin ou de carvi

1/2 cc de muscade râpée

2 clous de girofle

2.5 CS de cardamome en poudre

2 CS de curry en poudre

### ***Le poulet***

6 escalopes de poulet sans peau coupées en cubes

400 g de tomates fraîches ou concassées en boîte

80 g de crème fraîche à 10% de MG ou un pot de Fjord

50 g de beurre

30 g de sucre

2 CS du mélange garam masala

1/2 cc de sel

Poivre

### **Préparation:**

1- Mettre tous les ingrédients du mélange garam masala dans le bol du mixeur ou du Thermomix et pulvériser 40 sec Vitesse 10. Conserver dans un pot hermétique.



2- Mettre les tomates, la crème, le beurre et le sucre dans le bol du Thermomix et cuire 12 à 15 min/100°C/Vitesse 2. Remplacer le gobelet doseur par le panier de cuisson sur le couvercle. Pour celles et ceux qui cuisinent sans le Thermomix, mettre le tout dans une cocotte et remuer constamment.



3- Ajouter 2 CS du mélange garam masala et le sel. Cuire 3 min /Varoma/Vitesse 1 toujours avec le panier cuisson sur le couvercle.



4- Saler et poivrer les morceaux de poulet et les placer dans le bol. Cuire 5 min/100°C/Sens Inverse/ Vitesse Cuillère avec le gobelet doseur sur le couvercle. Faire bien attention à mettre la fonction Sens Inverse. Le temps de cuisson est peut être insuffisant, il faut l'ajuster en fonction de la grosseur des morceaux de poulet. Dans mon cas le poulet était encore congelé, j'ai cuit 10 min.

