

# POULET DIRECTEUR GENERAL



24 pilons de poulet  
8 bananes plantain jaunes  
50 cl huile de tournesol  
8 carottes  
2 poireaux  
1 poivron rouge et 1 jaune  
4 c.à s. de curry  
4 cubes de bouillon épices-oignons  
60 graines de djansang = 40g  
2 oignons  
6 gousses d'ail  
40g gingembre râpé  
2 grosses pincées de coriandre en poudre  
2 pincées de muscade  
Tabasco

Eplucher oignon, ail, gingembre. Mettre dans le bol mixer et ajouter persil, curry, bouillon cubes, graines de djansang, muscade et coriandre. Mixer le tout jusqu'à ce que l'ensemble soit homogène. Ajouter 25cl d'eau et mélanger.

Couper carottes et poireaux en rondelles d'un cm et les poivrons en petits carrés.

Faire frire des deux côtés les bananes coupées en tranches d'1 cm.

Faire bien revenir dans l'huile chaude les cuisses de poulet. Puis retirer l'huile.

Verser dans la cocotte 1l d'eau. Ajouter tout sauf les bananes. Porter à ébullition. Après 20 mn, ajouter les bananes et laisser mijoter 15 mn.

Rectifier l'assaisonnement et ajouter du tabasco.