

## Émincé de poulet aux pommes fruits

Plat **Facile****Pour** : 6 personnes**Préparation** : 15 mn**Cuisson** : 25 mn

*Les plats aux saveurs sucrées-salées sont de plus en plus à l'honneur sur nos tables. Aujourd'hui, je vous propose de vous évader ! Je vous cuisine un émincé de poulet aux pommes fruits.*

### Ingrédients

- 500 g d'escalopes de poulet
- 1 courgette
- 3 carottes
- 3 pommes
- 1 oignon
- 1 cc d'5 baies
- 1 cc d' curcuma
- 1 cc de graines de moutarde
- 1 bouillon cube
- sel, poivre
- huile d'olive

### Préparation

- 1 Émincez les escalopes de poulet.
- 2 Pelez, lavez et coupez les courgettes, la carottes et les pommes en dés. Pelez, lavez et émincez l'oignon.
- 3 Préparez un verre de bouillon de volaille.
- 4 Faites revenir l'oignon dans un filet d'huile d'olive pendant 2 minutes.
- 5 Ajoutez les pommes et continuez la cuisson 2 minutes.
- 6 Ajoutez les morceaux de poulet. Laissez dorer 5 minutes.
- 7 Ajoutez, alors les légumes. Remuez et laissez cuire 5 minutes.
- 8 Incorporez les épices. Versez le bouillon et laissez cuire encore 10 minutes à feu doux. Servez aussitôt. Bon appétit !

Proposé par

**lesbonsrestaurants**

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

