

Poulet à l'ananas dans l'Actifry



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 10 mn

Repos : 5 mn

Cuisson : 10 mn

Je continue mes tests de recettes proposées dans le livre qui accompagne ma friteuse ACTIFRY. Aujourd'hui, je vous propose le poulet à l'ananas.

Ingrédients

- 600 g de blanc de poulet
- 1 cuillère de féculé
- sel
- poivre du moulin
- 2 cuillères d'huile
- 0,5 cuillère de gingembre
- 0,5 cuillère de curry
- 250 g d'ananas
- 2 cuillères de sauce soja
- 1,5 verre d'eau
- 2 cuillères de jus d'ananas

Préparation

- 1 Dans un saladier, enrober les morceaux de poulet dans un mélange de féculé, sel et poivre.
- 2 Les mettre dans l'ACTIFRY, verser l'huile et laisser cuire 5 minutes.
- 3 Arrêter l'ACTIFRY. Ajouter le gingembre, le curry et l'ananas. Mélanger et laisser macérer 5 minutes. Puis allonger avec la sauce soja et l'eau. Rajouter une cuillère à soupe de féculé délayée dans le jus d'ananas.
- 4 Remettre à cuire 5 minutes.
- 5 Servir avec du riz thaï. C'est délicieux et si vite préparé.... Voilà encore une recette qui vous donne une idée de ce que l'on peut faire avec cette friteuse ACTIFRY.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "LA GUILLAUMETTE". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

