

## Poulet basquaise



Plat **Facile**

**Pour** : 2 personnes

**Préparation** : 15 mn

**Cuisson** : 40 mn

### Ingrédients

- 2 cuisses et hauts de cuisses de poulet
- 3 tomates
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 poivron jaune
- 1 cs d'huile d'olive
- piment d'espelette
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- sel
- poivre

### Préparation

- 1 Dorez les morceaux de poulet dans un wok avec une cuillère à soupe d'huile d'olive. Réservez la viande.
- 2 Déposez dans le wok l'oignon coupé en lamelles. Faites-le suer et ajoutez l'ail pilé, du sel, du poivre et une pointe de piment d'Espelette.
- 3 Mettez alors les poivrons coupés en morceaux et laissez mijoter à feu moyen, pendant 15 minutes.
- 4 Ajoutez ensuite les tomates coupées en morceaux, couvrez et faites cuire 15 à 20 minutes.

Proposé par

**Marieclo**

- Retrouvez Marie-Claude sur son [blog "Marieclo"](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

