

Blancs de poulet ananas



Pour 2 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 20 min

Ingrédients

- 2 blancs de poulet
- 2 cuillères à café de nuoc mam
- 20 cl de bouillon de volaille
- 1 petite boîte d'ananas (3 tranches d'un frais)
- 2 cuillères à soupe de ketchup
- 2 cuillères à café de maïzena
- 1 oignon doux
- sel

Préparation

Emincez le poulet en petits cubes et faites-le cuire dans 2 cuillères à soupe d'huile.

Ajoutez la sauce nuoc mam et laissez cuire quelques minutes.

Déglacez avec le bouillon, rajoutez le ketchup, un peu de jus de la boîte d'ananas puis la maïzena délayée dans de l'eau. Laissez la sauce s'épaissir.

Ajoutez l'oignon émincé grossièrement et les tranches d'ananas coupées en triangle.

Laissez mijoter quelques minutes, rectifiez l'assaisonnement et servez chaud, avec du riz.