

## Poulet sauce aigre douce



### Ingrédients (2 personnes):

2 blancs de poulet en morceaux,  
1 petit oignon haché,  
1/2 poivron rouge en gros dés,  
1/2 poivron vert en gros dés,  
2 rondelles d'ananas en boîte en morceaux,  
3 cs de jus d'ananas,  
1 cs de sucre,  
2 cc de maïzena,  
1.5 cs de vinaigre de cidre,  
2 cc de sauce soja,  
1/2 boîte de tomate pelées en dés,  
100 ml d'eau + 1/2 cube de bouillon de légumes (ou volaille),  
huile d'arachides, une pointe de piment en poudre

### Préparation:

- 1) Dans une sauteuse faites dorer à l'huile le poulet, réservez. Remettez un peu d'huile et fait revenir l'oignon et les poivrons 5 mn en remuant.
- 2) Dans une tasse, mélangez le jus d'ananas avec la maïzena, le sucre, le vinaigre et la sauce soja. Versez dans la sauteuse et portez à ébullition.
- 3) Ajoutez le poulet, l'ananas, les tomates, l'eau, le cube et piment, couvrez et laissez mijoter environ 30 mn en remuant de temps en temps.