

# Fricassée de poulet à la semoule

● **Difficulté** : Facile

● **Préparation** : 20 min / **Cuisson** : 1 h

## Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 poulet fermier
- 1 cuil à soupe d'oignon
- 1 cuil à café d'ail
- 250 g de semoule de coucous moyen
  - 3 cuil à soupe de curcuma
  - 90 cl de d'eau
- 2 cubes de bouillon de volaille
- 4 cuil à soupe d'huile d'olive
  - Sel / Poivre
- 1 cuil à café de Niora

## Préparation :

Couper votre poulet en morceaux.

Dans un bol, mélanger le curcuma , le sel , le niora et le poivre

Badigeonner tous les morceaux de poulet avec la moitié du mélange

Dans une sauteuse (ou cocotte) faites dorer le poulet dans 2 cuil à soupe d'huile à feu moyen pendant 10 min

Préparer le bouillon en mettant l'eau et les cubes dans un saladier et faites chauffer quelques minutes au micro-ondes (ou dans une casserole à feu doux)

Retirer le poulet ajoutez le reste de l'huile (les 2 cuil à soupe restante)

Faire revenir l'oignon , l'ail et le reste du mélange du bol (curcuma, niora, sel, poivre) pendant 10 min a feu moyen

Verser le bouillon, puis remettre le poulet

*Recettes de Celine*

Couvrir et laisser mijoter a feu doux 50 min env.

Retirer le poulet et gardez le au chaud (dans un plat au four chaud 30°C Th.1)

Retirer la valeur de 200 ml de bouillon que vous gardez au chaud. (cette sauce vous servira pour servir au moment de passer à table)

Ajouter le couscous dans la sauteuse (ou cocotte) , mélanger

Couvrir et laisser la semoule dans le bouillon pendant 5 min hors du feu.

Remettre le poulet et laisser chauffer le temps de mettre la table

Vous reste plus qu'à passer à table servir avec la sauce que vous avez réservé.

*Recettes de Celine*

**Bon appétit à toutes & tous !!**