

Brochettes de volaille au lait de coco

Difficulté : Facile

Préparation : 10 min / Marinade : 1 h

Cuisson : 5 à 7 min

Ingrédients pour 2 personnes :

300 g de blancs de poulet ou de dinde

1 oeuf + 1 jaune

1 boite de lait de coco (20 cl)

20 g de beurre

2 cuil à soupe d'huile

Sel & poivre

Préparation :

Coupez la viande en petits cubes.

Faites la mariner 1 h minimum dans le lait de coco,
salez et poivrez.

Egouttez la viande en récupérant la marinade.

Enfilez les cubes de volaille sur 4 brochettes en bois.

Battez l'oeuf entier avec le jaune à la fourchette
et mélangez au lait de coco de la marinade.

Chauffez le beurre et l'huile dans une poêle.

Trempez les brochettes dans le mélange d'oeufs et lait de coco.

Posez les dans la poêle et faites griller 5 min
à feu moyen en les retournant sur toutes leurs faces.

Accompagnez d'une bonne salade ou légumes verts

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!