LA BELLE VIE | Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Yassa au poulet, poulet au citron et moutarde

Pour 2 personnes | Très facile

85 min | 7.28€ La portion (prix indicatif)

Une superbe recette sénégalaise très simple à cuisiner. Pour pimper la recette, vous pouvez ajouter des olives vertes dénoyautées.

Les ingrédients

- **2 pièce** de Cuisse de poulet
- **500 g** de Oignon jaune
- **2 gousse** de Ail
- **1 c à s** de Moutarde classique
- **2 pièce** de Citron jaune
- **4 c à s** de Vinaigre de cidre, de pomme
- **1 feuille** de Laurier en feuille frais ou séché
- **1 pièce** de Bouillon de poule, de volaille
- **120 g** de Riz long grain

Étapes de préparation

Préparation : 10 min | **Cuisson :** 45 min | **Attente :** 30 min

La préparation

1. Émincez grossièrement 500 g d'oignons.
   Hachez 2 gousses d'ail.
2. Dans un saladier large (ou un grand sac congélation), mettez 1 càs de moutarde, 4 càs de vinaigre, le jus de 2 citrons, l'ail haché et l'oignon. Mélangez.
   Ajoutez 2 cuisses de poulet (dégraissez-les si besoin). Répartissez bien la marinade sur le

poulet.
Faites mariner minimum 30 min, mais nous vous recommandons plutôt une nuit.

La cuisson

3. Faites chauffer une cocotte à feu moyen-fort. Quand elle est chaude, ajoutez de l'huile neutre et les cuisses de poulet sans la marinade. Faites dorer le poulet, env. 2-3 min par face.
   Réservez-les sur une assiette.
4. Dans la même cocotte, ajoutez les oignons (en les égouttant au maximum).
   Faites-les revenir à feu moyen 5 min jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Ajoutez le reste de la marinade et 150 à 200 ml d'eau selon le volume d'eau que les oignons ont rendu. Portez à frémissement.
5. Remettez les cuisses de poulet (et le jus) dans la casserole, une feuille de laurier et ½ cube de bouillon. Faites cuire à couvert 30 min à feu doux. Mélangez de temps en temps pour éviter que le fond accroche.
6. Une quinzaine de minutes avant la fin de cuisson du poulet, faites cuire 120 g de riz selon les instructions indiquées sur le paquet.
7. Après 30 min de cuisson du yassa, ôtez le couvercle. Faites épaissir la sauce à découvert pendant quelques minutes.

Facultatif : ajoutez une quinzaine d'olives vertes dénoyautées.

8. Servez avec le riz.