

La recette du jour

Carbonnade Argentine



Il s'agit d'un plat typique du nord-est Argentin qui est également consommé au Chili et au Pérou, bien qu'il soit connu dans ces régions sous le nom de "Locro". Il existe des plats qui, au fil du temps ont adoptés la nationalité argentine; c'est le cas de la carbonnade, plat d'origine belge (la carbonnade flamande).

INGRÉDIENTS (2 PERS)

- 50 g de maïzena
- 20 ml d'eau froide
- 1 pincée de poivre
- 2 filets de poulet
- 2 jaunes d'œuf
- huile d'arachide
- sel
- poivre

Sauce au citron

- 3 c.à.s de sucre en poudre
- 1 c.à.c de gingembre frais coupé en petits morceaux
- 2 c.à.s de sauce de soja clair
- 3 c.à.c de maïzena
- 125 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- jus d'un citron jaune

INSTRUCTIONS

- Coupez les oignons et le poivron en petit cubes. Faites les revenir à la poêle puis ajoutez les cubes de viande.
- Remuez le tout et couvrir pour quelques minutes. Pelez et coupez les tomates. Ajoutez les condiments (sel, poivre, oignon et piment haché) avec les tomates et le bouillon. Laissez mijoter pour 20 minutes.
- Ajoutez les carottes coupées en rondelles et laissez cuire pendant 5 minutes.
- Pelez les pommes de terre et coupez-les en petits cubes. Ajoutez le tout à la poêle avec la maïs et contrôlez la cuisson. Ça ne doit pas ressembler à un ragoût très épais. Si c'est le cas ajoutez un peu de bouillon.
- Coupez les abricots en quartiers. Cuire pendant 5 minutes et servir.



Dégustez !