

les recettes d'Alice

Fingers de poulet aux épices



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



10 minutes



Facile

INGREDIENTS

3 blancs de poulet
½ c à c de curcuma
½ c à c de coriandre moulue
½ c à c de cumin moulu
½ c à c de piment moulu

huile pour friture
farine

MATERIEL NECESSAIRE

1 friteuse

PREPARATION ET REALISATION

- 1- Découper les blancs de poulet en fines lanières, les saler et les enrober de farine.
- 2- Faire chauffer l'huile à 180°C.
- 3- Faire frire les morceaux de poulet 3 min en plusieurs fois puis les égoutter sur un papier absorbant.
- 4- Mélanger les épices ensemble puis rouler les poulets dedans. Les tapoter pour enlever l'excédent.

CONSEILS ET ASTUCES

Alice Délice

