



GOULASCH AU POULET OU AU SAUTE DE PORC 6 à 8 personnes

Préparation 20 minutes

Cuisson 50 minutes

Ingrédients :

200 g d'oignons
500 g de blancs de poulet coupés en morceaux
Ou 500 g de sauté de porc
1 boîte de concentré de tomates
1 boîte de pulpe de tomates
1 cube de bouillon de volaille
20 g huile olive
2 c à café d'ail semoule ou 2 gousses d'ail
1 c à café de paprika
1 c à café de cumin
Sel et poivre
50 à 100 g de crème fraîche

Éplucher les oignons, les émincer finement et les faire blondir dans l'huile
Ajouter les morceaux de poulet et les faire revenir de tous côtés

Ajouter le concentré de tomates, le cube et de l'eau, bien mélanger pour faire dissoudre le cube

Ajouter l'ail, le paprika, le cumin, couvrir et laisser cuire à petit feu pendant 30 minutes.

Ajouter le contenu de la boîte de pulpe de tomates, couvrir à nouveau et prolonger la cuisson 15 minutes.

Juste avant de servir, vérifier l'assaisonnement puis rajouter la crème fraîche ;

Dégustez sans attendre, accompagné de tagliatelles, linguines, ravioles, des gnocchis.....