

Brochettes de Poulet au satay
je me suis inspirée d'une recette de «cuisine de Bernard» pour le satay

Poudre de satay (se conserve très bien):

- 150g cacahuètes grillées non salées
- 30g de graines de sésame crues (perso les miennes n'étaient pas crues)
- 50g de sucre (30 gr pour moi)
- 2 c à café d'ail en poudre
- 1 à 2 c à café de piment doux ou fort (à vous de voir pour l'effet piquant)
- 5 c à café de paprika
- 1 c à café de sel
- 1/2 c à café de gingembre
- 1/2 c à c de poivre moulu

Placez les graines de sésame dans un petit mixeur et réduisez en poudre.

Placez dans un bol.

Dans le mixeur, mettez cette fois les cacahuètes grillées non salées, le sel, le sucre et les épices

Réduisez en poudre fine.

Versez dans le bol avec les graines de sésame et mélangez cette fois le tout. Il vaut mieux mixer avant les graines de sésame car si l'on met tout ensemble, cela prendra plus de temps et les cacahuètes se réduiraient en purée avant même que les graines de sésame soient en poudre.

Mélangez bien et mettez cette poudre dans un pot. Elle peut se conserver pendant au moins un mois.

Pour les brochettes :

- 3 escalopes de poulet
- 3 cuillères à soupe de satay en poudre
- 1 cuillère à soupe de sauce de poisson (ajuster si besoin)
- 1 boîte de lait de coco
- Pics à brochettes

Coupez de fines tranches de poulet. Réservez.

Dans un saladier versez 3 c à s de satay + le lait de coco + la sauce de poisson puis mélangez. Incorporez les tranches de poulet, remuez et mettre à mariner 30 mn ou +.

Embrochez le poulet sur vos pics.

Versez la marinade dans une casserole et faites mijoter quelques minutes à feu doux pour en faire la sauce.

Passez à la cuisson des brochettes sur votre grill, 2 à 3 mn de chaque côté. Servir avec un accompagnement de votre choix.