

## **Brochettes de poulet sauce satay de Cyril Lignac**

### **INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES**

- 4 filets de poulets en cubes
- sauce [satay](#) en pot ou [maison](#) (il existe des tonnes de recettes en voici une [ici](#))
- 3 cuillerées à soupe d'eau
- 1 chou-fleur en sommités
- 25g de raisins secs trempés dans de l'eau chaude pour qu'ils gonflent
- 25g d'amandes toastées et entières
- quelques feuilles de coriandre ou du persil
- 1 citron vert
- jus de citron
- huile d'olive
- beurre
- sel fin et poivre du moulin

### **PREPARATION**

Cuire les fleurettes de chou-fleur dans de l'eau salée bouillante pendant 4 min dans une casserole d'eau bouillante salée (ils restent croquants)

Les déposer sur du papier absorbant ou un linge.

Tremper les pics à brochettes dans de l'eau (pour éviter qu'ils ne brûlent)

Monter en brochettes les dés de poulet.

Préparer la sauce [satay](#) que l'on délaie avec le jus de citron et un peu d'eau pour liquéfier un peu.

Arroser les brochettes de sauce et laisser mariner.

Mettre à colorer dans de l'huile d'olive avec un peu de beurre dans une poêle bien chaude.

Astuce de Cyril: les deux ensemble permet de bien caraméliser sans que le beurre ne brûle.

Laisser cuire 4 min et ajouter les raisins et fleurettes de chou-fleur pour les dorer.

Pour le dressage, déposer le poulet et le chou-fleur et parsemer de coriandre, ajouter un zeste de citron vert. Déposer un quartier de citron vert dans l'assiette pour pouvoir en presser le jus. Râper des amandes sur l'assiette. (avec une microplane)