

cuisiner.

Saveurs de l'Inde

30, rue Thiers

02 97 42 65 07

RECETTE

## POULET MADRAS, SAUCE CURRY AUX TOMATES ET AUX ÉPICES

Pour 4 personnes.

3 filets de poulet,  
3 tomates,  
4 gousses d'ail,  
2 oignons,  
10 g de gingembre,  
1 petit piment vert.

**LES ÉPICES ENTIÈRES :**

3 clous de giroflles,  
4 gousses de cardamome,  
¾ d'une cuillère à café  
de cumin.

**LES ÉPICES MOULUES :**

¾ d'une cuillère à café  
de cannelle,  
¾ d'une cuillère à café  
de poivre,  
¾ d'une cuillère à café  
de coriandre,  
½ cuillère à café  
de garam masala,  
1 cuillère à café  
de curcuma,  
sel,  
coriandre fraîche.

**1 -** Coupez les oignons en petits dés. Écrasez l'ail et le gingembre. Émincez le piment. Coupez le poulet en dés.

**2 -** Salez et poivrez la viande et faites-la revenir 3-4 minutes dans une poêle très chaude avec un peu d'huile. Réservez-la.

**3 -** Chauffez bien l'huile dans un faitout, ajoutez les graines du cumin, les clous de giroflles et la cardamome. Laissez frémir 30 secondes.

**4 -** Ajoutez les oignons, l'ail, le gingembre et le piment. Laissez frire jusqu'à ce qu'ils soient brun doré.

**5 -** Plongez les tomates quelques secondes dans de l'eau bouillante, pelez-les et concassez-les. Ajoutez-les dans la poêle, ainsi que le curcuma, le sel, la coriandre moulue, la cannelle et le garam masala. Laissez mijoter 5-7 minutes. Laissez refroidir.

**6 -** Une fois que la sauce est tiède, mixez-la en purée. Si vous n'avez pas de mixeur, vous pouvez sauter cette étape, et prolonger la cuisson de la sauce sur le feu moyen jusqu'à ce que les tomates soient bien cuites.

**7 -** Ajoutez la sauce et la viande dans le faitout et laissez cuire sur le feu doux jusqu'à ce que la viande soit cuite.

**8 -** Servir avec la coriandre fraîche et du riz basmati.



**JULIA ET SANJEEV KUMAR**

### SAVEURS DE L'INDE

Julia et Sanjeev Kumar ont ouvert leur restaurant il y a six ans dans la rue Thiers. Julia, responsable de la salle est d'origine ukraino-polonaise. Sanjeev, né dans le Penjab, cuisine les plats traditionnels du nord de l'Inde. Cardamome, cumin, safran, coriandre, curcuma, les épices ont toute leur place dans les plats très parfumés et très colorés que propose Saveurs de l'Inde, en mode carné ou vegan. Sa particularité est aussi de mettre en avant des incontournables de la street food indienne, comme les aloo tikki et dahi bhalla. Côté déco, le restaurant, d'une capacité de 36 couverts, privilégie une ambiance cosy et élégante. Il est ouvert du mardi au samedi, midi et soir, ainsi que le dimanche soir.