

# metro



## Poulet aigre-doux facile

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote

2 | 0:05 | 0:15 | 0:20  
PLAT PRINCIPAL | PRÉPARATION | CUISSON | TEMPS TOTAL

### Ingrédients

2 Poitrines de poulet Maple Leaf Prime sans peau élevé sans antibiotique

500 ml (2 tasses) Riz jasmin cuit

1 Petit poivron rouge coupé en dés

1 Petit poivron vert coupé en dés

1 Petit oignon coupé en dés

125 ml (1/2 tasse) Sauce aigre-douce préparée

15 ml (1 c. à soupe) Eau ou bouillon de poulet

15 ml (1 c. à soupe) Huile végétale

### Préparation

Chauffer l'huile dans une grande poêle à feu moyen-élevé.

Faire cuire le poulet en remuant fréquemment jusqu'à ce qu'il commence à brunir, environ 5 minutes.

Ajouter les poivrons et l'oignon et cuire de 3 à 4 minutes de plus ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Ajouter la sauce et l'eau. Remuer pour combiner. Laissez mijoter pendant environ 5 minutes.

Servir sur du riz et garnir de ciboulette et de graines de sésame.

Conseil:

Conservez les restes dans un contenant hermétique et réchauffez-les pour le lunch !

Source: Metro

Source : Metro

### Mentions légales

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des

soupe)

---

ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---

**Au goût** Ciboulette

---

**Au goût** Graines de sésame

---