

Poulet aux mirabelles

Pour 2 personnes:

- 100g d'oignons émincés
- 2 blancs de poulet (environ 300g)
- 1 c.s. de miel
- 250g de mirabelles coupées en 2
- 100g d'amandes entières (*remplacées par 50g d'amandes effilées*)
- sel, poivre
- 1 poignée de raisins secs
- 2 c.s. d'huile d'olive



1. Dans une poêle, faire confire les oignons avec 1 c.s. d'huile d'olive. Ajouter le poulet et laisser dorer.
2. Dans une cocotte ou une sauteuse, faire revenir les mirabelles avec 1 c.s. d'huile d'olive et le miel, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
3. Ajouter, dans la cocotte, le poulet et les oignons, les amandes et les raisins secs. Saler et poivrer. Laisser mijoter pendant 5min en remuant souvent. Servir avec un riz basmati.