

Poulet aux bananes

(recette antillaise)

Pour 6 personnes.

1 poulet reine de 1 kg 800, le jus de 1 citron (vert de préférence), 6 bananes, 50 g de beurre, 1 ananas frais de 1 kg ou 1 boîte 4/4 d'ananas en tranches, 200 g d'amandes mondées, ½ dl de rhum blanc, 1 c à soupe de crème fraîche (facultatif), 300 g de riz long grain.

Badigeonner le poulet de jus de citron et le faire cuire à four moyen pendant 1 h 15 environ.

Faire cuire le riz, pendant 20 mn à l'eau bouillante salée.

Quelques minutes avant que le poulet ne soit cuit, éplucher les bananes, les couper en deux dans le sens de la longueur. Les faire frire dans le beurre blond. Les retirer, les tenir au chaud. Dans le même beurre, faire frire les ananas, puis dorer les amandes.

Faire chauffer le rhum et le verser flambant sur le poulet. Mettre celui-ci sur le riz dans le plat de service. Si on le désire, lier son jus de cuisson avec la crème fraîche. Ajouter une partie des amandes.

Autour du poulet, disposer les bananes, les ananas et le reste des amandes. Servir la sauce à part.

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.