

# COLOMBO DE POULET

Pour 6 personnes



Préparation : 30 min

Cuisson : 20 min



6 pilons de poulet – 2 oignons – 2 gousses d’ail – 1 feuille de laurier – 1 branche de persil – 1 cuillère à soupe de poudre de colombo – 4 cl d’huile – sel – poivre – thym – piment – ½ litre d’eau – 4 grosses pomme de terre – 1 citron jaune – 1 aubergine – 1 courgette



- Saler et poivrer les pilons de poulet. Ajouter une gousse d’ail écrasée, la moitié du piment, une cuillère à café de jus de citron, du sel, du poivre, un peu de thym, du persil haché et une cuillère de poudre de colombo. Laisser macérer une heure environ.
- Couper l’aubergine, la courgette et les pommes de terre en cube. Laver et réserver dans une assiette.
- Dans la sauteuse ou un grand fait tout, verser un peu d’huile, l’autre gousse d’ail écrasé et un oignon haché. Laisser blondir puis ajouter les morceaux de poulet et faire revenir sur tous les côtés pour qu’ils dorent bien.
- Arroser régulièrement avec la marinade et un peu d’eau. Lorsque le poulet est doré, ajouter l’autre oignon émincé, le laurier et le persil haché. Bien remuer. Ajouter les cubes d’aubergine, courgette et pomme de terre.
- Verser un peu d’eau, le jus de citron. Laisser cuire 15 minutes avant de rajouter de la poudre de colombo délayé dans un peu d’eau. Re mélanger et laisser cuire encore 15 minutes. Rectifier l’assaisonnement si nécessaire.