

Dinde à l'ananas et à la noix de coco

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 25 min

Difficulté : ★☆☆

Ingrédients

- 4 escalopes de dinde
- 1 oignon
- 1 verre de rhum
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 citron vert
- 3 cuillères à soupe de noix de coco râpée
- 1 cube de poule au pot Maggi
- 1 boîte d'ananas
- poivre
- feuilles de coriandre (facultatif)

Préparation

Coupez les escalopes en fines lamelles.

Pelez et émincez l'oignon. Faites-le fondre à feu doux dans un poêle avec de l'huile d'olive. Ajoutez la viande.

Lorsqu'elle est bien dorée, ajoutez le rhum et laissez-le s'évaporer.

Ajoutez la farine, le jus de citron, la noix de coco et le bouillon préparé. Poivrez et laissez cuire 20 mn à couvert.

5 minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez l'ananas coupé en morceaux et les feuilles de coriandre.

Servez chaud, avec du riz blanc par exemple.