KABULI PALAW (Riz afghan épicé au poulet)



Pour 6 personnes

300 g de riz basmati

450 g de filets de poulet

3 oignons

3 carottes

60 g de raisins secs

1 cuil à café de coriandre en poudre, de cumin en poudre, de cannelle en poudre, de cardamome en poudre

1 gousse d'ail

Sel

300 g d' eau

100 g d' huile

1 cuillère à soupe de sucre

Le Kabuli Palaw est le plat national afghan. On peut remplacer le poulet par de

l'agneau, du mouton ou du bœuf.

Couper les carottes dans le sens de la longueur en fines lamelles. Faire chauffer dans une casserole 40 g d'huile avec le sucre et ajouter les carottes. Laisser dorer environ 10 minutes et réserver.

Dans l'huile, faire revenir 5 min les raisins secs jusqu'à ce qu'ils gonflent. Réserver.

Dans une cocotte (avec couvercle), émincer les oignons. Les faire dorer dans 60 g d'huile pendant environ 15 min jusqu'à ce qu'ils prennent une belle couleur marron.

Rajouter le poulet coupé en morceaux et laisser cuire. Une fois que les morceaux de poulet sont bien dorés, ajouter l'eau, les épices, le sel et le riz. Laisser bouillir pendant 5 min. L'eau n'est pas encore complètement absorbée.

Immerger la gousse d'ail en entier (et non épluchée) dans le riz. Il faut qu'elle soit recouverte. En cuisant, la gousse d'ail va prendre une texture crémeuse. Ajouter les carottes et les raisins au-dessus de la préparation.

Fermer bien le couvercle (à l'aide d'un torchon si besoin) et laisser cuire à feu doux pendant 30 mn.