

# Pollo al curry e cocco con riso Jasmine alla menta

TEMPO PREPARAZIONE 40 MINUTI

TEMPO COTTURA 30 MINUTI

PORZIONI 3 PERSONE

## INGREDIENTI

300 g fettine petto di pollo sottili

150 g riso Jasmine

3 cucchiai cocco rapé

latte

curry

1 cucchiaio di olio di cocco o olio evo

curcuma 2 cucchiaini

1 cucchiaio sciroppo d'acero o miele

1 cucchiaio di olio di cocco

1 pomodoro

2 lime

sale e pepe

Menta

## PREPARAZIONE

1. Tagliate le fettine di pollo a straccetti e metteteli in una ciotola con il latte (q.b. per coprirlo), il curry, la curcuma, lo sciroppo d'acero, il cocco, e la menta tritata.
2. Fate riposare in frigo con un coperchio per almeno un'ora (meglio due)
3. Scaldate l'olio di cocco in una padella anti aderente e fate cuocere gli straccetti di pollo a fuoco moderato, avendo cura di mescolare ogni tanto.
4. Tagliate il pomodoro a tocchetti piccoli, spremete il succo di un lime e tagliate qualche altro spicchio per decorare i piatti.
5. Lessate il riso Jasmine seguendo istruzioni sulla confezione. Raffreddatelo sotto il getto di acqua corrente e scolate bene.
6. Condite con olio di cocco sciolto a bagnomaria e menta tritata e servite con il pollo bagnato con un po' di succo di limone. Regolate di sale e pepe (facoltativo).

**NOTE: la quantità di menta e spezie è variabile dipende dal vostro gusto. Non esagerate con la curcuma altrimenti questa spezia sovrasterà in modo fastidioso gli altri sapori. Un cucchiaino o due dovrebbero bastare.**

L'olio di cocco si può trovare nei supermercati più forniti o nei negozi biologici come il Naturesì.

Il riso Jasmine è un riso molto profumato originario della Thailandia.