

# Hauts de cuisse de poulet à la Thaïlandaise

**Préparation** : 5 min

**Cuisson** : 15 min

**Portions** : 6

## INGRÉDIENTS

1.5 kilo hauts de cuisse de poulet coupés en lanières  
9 c soupe de fécule de maïs  
6 c soupe d'huile de Canola  
3 c. thé d'huile de sésame grillée  
3 c thé de gingembre frais haché  
6 gousses d'ail haché finement  
9 c soupe de miel  
3 c. soupe de sauce tériaki  
Graines de sésames au gout, au service

## LES ÉTAPES

1. Passer les lanières de poulet dans la fécule de maïs. Faire revenir dans les huiles les lanières de poulet, le gingembre et l'ail, environ 4 minutes.  
  
Ajouter le miel et la sauce tériaki, bien mélanger et cuire environ 7 8 minutes.
2. Servir avec du vermicelle de riz ou des pâtes au choix.
3. Suggestion: pour varier, ajouter 1 c thé de curcuma à la fécule de maïs avant d'y passer les lanières de poulet. Cette recette peut aussi bien se faire avec des lanières de bœuf, avec des crevettes ou des pétoncles!