

Curry de dinde à l'aubergine et à la pomme

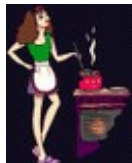


Prep : 15 min
Cuisson : 20 min

Pour 4 personnes
4 escalopes de dinde
2 aubergines moyennes
1 gros oignon rouge
2 gousses d'ail
1 pouce de gingembre frais
2 pommes bien craquantes (vertes, royal gala, etc...)
1/2 à 1 ccafé pâte de curry rouge
1 boîte de pulpe de tomate (400g)
environ 3 csoupe lait de coco (au goût)
Environ 3 csoupe huile neutre
1 bonne poignée de raisins secs
1 poignée de feuilles de coriandre
4 ou 5 tiges d'oignon vert
QS sel

Couper la dinde en lanières.
Peler l'oignon, le ciseler
Peler l'ail le dégermer et le ciseler
Peler le gingembre et le râper ou le ciseler très très finement
Laver les aubergines, les couper en dés moyens.
Peler les pommes, les couper en petits dés
Laver et sécher la coriandre, ciseler finement les feuilles.
Émincer finement les oignons verts

Dans un wok, chauffer à feu très vif l'huile neutre. Ajouter les lanières de dinde. Faire 2 fournées si le wok est petit. Dorer les lanières de dinde puis les retirer, réserver.
Remettre éventuellement un peu d'huile dans le wok (cela n'a pas été nécessaire pour moi) et mettre l'oignon, l'ail et le gingembre. Bien remuer, ça ne doit pas colorer. Dès que ça risque de





colorer, ajouter la pâte de curry rouge, mélanger pour la désagréger. Ajouter alors les dés d'aubergine, mélanger sans arrêt sinon ça va attacher. Saler éventuellement, ça aidera les aubergines à rendre leur eau de végétation et donc à ne pas brûler.

Quand les aubergines sont bien enrobées, ajouter les dés de pomme, mélanger, ajouter les tomates, mélanger, ajouter le lait de coco et les raisins secs.

Quand les aubergines sont cuites mais encore un peu croquantes, rectifier l'assaisonnement, ôter du feu, ajouter les oignons verts et presque toute la coriandre, mélanger.

Servir avec du riz blanc à la vapeur. Décorer avec le reste de la coriandre.

