



Poulet A La Sauce Soja

Soya Soslu Tavuk



½ kg. viande de poulet désossée
2 tasses à thé d'amidon de blé
½ tasse à thé de sauce de soja
1 tasse à thé d'huile végétale
1 gousses d'ail
½ cuillère à café de sel

- # Coupez la viande de poulet en petit morceaux, mettez dans un bol creux. Rajoutez de l'amidon de blé, mélangez puis rajoutez la moitié de la sauce soja et de l'huile.
- # Pendant que le poulet attend dans le mélange pendant 15-20 minutes, épluchez les gousses d'ails et hachez finement.
- # Mettez l'huile qui reste dans une poêle. Quand elle chauffe, rajoutez les gousses d'ail.
- # Quand la couleur des ails changent, rajoutez la viande de poulet qui attend dans la sauce soja. Laissez cuire à haute température en mélangeant régulièrement pendant 15-20 minutes. (Si vous ne faites pas cuire à haute température, le goût ne sera pas idéale)
- # Rajoutez du sel proche de la cuisson. Mélangez puis retirez du four.
- # Servez chaud en compagnie de la garniture de votre choix.

N-B: Il faut faire attention lors du rajout de sel, car la sauce soja contient aussi du sel.