

Poulet aigre-douce
RECETTE

Poulet aigre-douce



<?xml version="1.0"?>

TEMPS

20 Min

INGRÉDIENTS

5 Produits

FAIRE

2 x

Le plat chinois est désormais devenu un classique suisse et peut être servi de différentes manières. Voici une délicieuse variante avec la sauce aigre-douce Ben's Original™ et le riz express long grain Ben's Original™ - essayez-la maintenant !

PARTAGER

- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)
- [Print \(opens in same window\)](#)

INGRÉDIENTS

- 1 paquet de riz Express long grain Ben's Original™
- 300 g de filets de poitrine de poulet
- 300 g de brocoli
- 1 bocal de sauce chinoise Ben's Original™ - aigre-douce Extra légumes

- 1 c. à s. d'huile

PRODUITS UTILISÉS



BEN'S ORIGINAL™ riz Express Long Grain 250g

[Plus De Détails](#)

Préparation

1. 1
Lavez et séchez les poitrines de poulet avant de les découper en lamelles. Lavez le brocoli.
2. 2
Faites revenir la viande dans une poêle avec de l'huile. Ajoutez le brocoli et laissez chauffer environ 3 minutes.
3. 3
Pendant ce temps, préparez le riz selon le mode d'emploi.
4. 4
Versez la sauce sur la viande et le brocoli, portez à ébullition et laissez mijoter doucement pendant environ 5 minutes. Rectifiez éventuellement l'assaisonnement avec du sel et du poivre avant de servir accompagné de riz

Catégories:

[Légumes](#), [Poulet](#), [Poêle de riz](#), [Bol de riz](#), [15 - 30 MIN](#), [Haute teneur en protéines](#), [Long grain](#), [Pour tous les jours](#), [Cuisiner avec des enfants](#), [Facile à préparer](#), [Idéal pour les plats à emporter](#)

PLUS DE RECETTES COMME CELLE-CI



[Riz au potiron «tout-en-un»](#)

Temps

25 Min

Ingrédients

10 produits

[Plus De Détails](#)



[Gambas sautées avec riz et endives](#)

Temps

19 Min

Ingrédients

10 produits

[Plus De Détails](#)



Dés de porc aigre-doux avec brocolis et riz

Temps

40 Min

Ingrédients

5 produits

[Plus De Détails](#)

Source URL: <https://ch.bensoriginal.com/recettes/poulet-aigre-doux>