



Temps de préparation : 5 MIN

Temps de cuisson : 30 MIN

Portions : 4

Ingrédients :

- *5 ml (1 c. à thé) d'huile végétale*
- *8 à 9 cuisses de poulet avec peau, non désossées*
- *750 ml (3 tasses) de champignons bruns, tranchés finement*
- *1 bouteille (355 mL) de sauce pour sauté Général Tao VH[®]*
- *500 g (1 lb) de brocoli chinois*
- *250 ml (1 tasse) d'eau*

Étapes :

- 1. Faire chauffer l'huile dans un faitout ou une grande casserole à feu moyen-élevé.*
- 2. Faire dorer le poulet des deux côtés, environ 8 minutes en tout. Retirer le poulet et mettre de côté.*
- 3. Ajouter les champignons dans la casserole et faire cuire à feu vif jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés, pendant environ 4 minutes. Placer le poulet dans la casserole avec la sauce pour sauté Général Tao VH[®] et 250 mL (1 tasse) d'eau; couvrir et laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que l'intérieur ne soit plus rose, pendant environ 12 minutes.*
- 4. Entre-temps, dans un grand poêlon d'eau bouillante légèrement salée, faire cuire le brocoli jusqu'à ce qu'il soit tendre, pendant environ 8 minutes. Égoutter le brocoli et servir comme accompagnement avec le poulet, une fois prêt. Servir avec des carottes miniatures cuites à la vapeur.*



Cuisses de poulet braisées au brocoli chinois