

Endives au poulet curry

Une recette que j'ai trouvé un jour sur [Linternaute](#).

Ingrédients : (pour 1 personne)

- 1 escalope de dinde
- 2 endives
- 1 oignon
- du curry

Préparation :

1. Faire cuire votre escalope de dinde (*préchauffer la poêle à feu vif, puis lorsque vous mettez l'escalope : feu moyen*).
2. Pendant que votre escalope de dinde cuit, découpez votre oignon en petits dés.
3. Enlevez le « pied » de votre endive (*au moins 3 cm, car ce bout est amer*).
4. Faites une incision de bas en haut sur votre endive, puis découpez en rondelle.
5. Lorsque votre escalope de dinde est cuite, retirez la de la poêle, et versez-y votre oignon et vos endives découpés (feu moyen). Salez. Recouvrez.
6. Pendant que l'oignon / endives cuisent, découpez votre escalope de dinde en petits morceaux.
7. Remuez de temps en temps le mélange endives/oignon.
8. Lorsque les légumes sont bien cuits (*ca prend environ 7 min*), mettez les dés de dinde dans votre poêle, 2 à 3 pincées de curry, mélangez bien.
Versez dans votre assiette.



Tous ceux qui aiment ce qui est épicé aimeront forcément cette recette.

Points négatifs de la recette :

- il faut aimer ce qui est amer et/ou épicé.

Points positifs de la recette :

- les endives et oignons se conservent très longtemps dans votre frigo, donc vous pouvez acheter ces ingrédients longtemps à l'avance !