

Recette Traditionnelle : Poulet Mafé au Beurre de Cacahuète

Ingrédients nécessaires (pour 4 personnes)

- 1 kg de cuisses de poulet (ou poulet coupé en morceaux)
- 200g de beurre de cacahuète pur (non sucré)
- 400g de purée de tomates
- 2 oignons jaunes émincés
- 3 gousses d'ail hachées
- 2 carottes coupées en rondelles
- 1 litre de bouillon de volaille
- 3 cuillères à soupe d'huile neutre
- Sel, poivre et une pincée de piment (selon vos goûts)

Matériel de cuisine

- Une grande cocotte ou un faitout
- Une planche à découper
- Un couteau de chef
- Une spatule en bois

Étapes de préparation

- Faites dorer les morceaux de poulet dans l'huile chaude dans la cocotte, puis retirez-les et réservez.
- Dans la même cocotte, faites revenir les oignons et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- Ajoutez la purée de tomates et laissez mijoter 5 minutes à feu moyen.
- Incorporez le beurre de cacahuète et mélangez bien jusqu'à obtenir une sauce homogène.
- Versez le bouillon de volaille, ajoutez les carottes et remettez le poulet dans la cocotte.
- Couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant 45 minutes en remuant de temps en temps pour éviter que la sauce n'attache.
- La sauce doit épaissir et napper le dos d'une cuillère.

Conseils de service et astuces

- Servez chaud, idéalement accompagné de riz blanc parfumé.
- Ajoutez quelques cacahuètes grillées concassées sur le dessus pour apporter du croquant.
- Vous pouvez varier les légumes en ajoutant des aubergines ou des patates douces en début de cuisson.
- Si la sauce est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau ou de bouillon chaud.