



# Ragoût de poulet piquant à l'espagnole



**Temps de préparation**

30 min à 1h



**Difficulté**

Moyenne



## Ingrédients

2 oignons (émincés)  
huile d'olive  
4 filets de poulet (en morceaux)  
sel et poivre  
2 gousses d'ail (émincées)  
1 cuillerée à thé de poivre de cayenne  
1 cuillère à soupe de cumin en poudre  
4 cuillères à soupe d'oregano  
1 boîte de tomates pelées  
1 boîte de haricots rouges (ou noirs)  
1 boîte maïs  
1 petit bocal de piments jalapeños  
1 bouquet de coriandre  
1 oignon rouge (en demi-rondelles)

## Méthode de préparation

- 1.** Faites blondir les oignons à l'huile d'olive. Ajoutez les filets de poulet, salez et poivrez. Poêlez-les brièvement, mais à feu vif, pour légèrement dorer le poulet. Retirez le poulet de la poêle et réservez-le.
- 2.** Ajoutez l'ail, le sel, le poivre, le piment de Cayenne, le cumin en poudre et l'origan dans la poêle. Mélangez bien et ajoutez les tomates pelées. Portez à ébullition et laissez réduire un peu.
- 3.** Ajoutez les haricots égouttés, le maïs et les morceaux de poulet poêlés. Laissez mijoter à découvert pendant 10 minutes.
- 4.** Garnissez de piments jalapeños, de coriandre et d'oignon rouge.