



RIZ CANTONNAIS AU DELICE DE POULET DORE AU FOUR

Pour 6 personnes — Préparation : 10 min. — Cuisson : 30 min.

Ingrédients :

- 500 g de riz à long grain
- 150 g de petits pois frais ou surgelés
- 3 œufs
- 2 cuil. à soupe d'huile de sésame
- 3 cuil. à soupe d'huile d'arachide
- 3 tranches de Délice de poulet doré au four ISLA DELICE
- Sel et Poivre
- 8 brins de ciboulette

Préparation :

- Faites cuire le riz dans une grande quantité d'eau salée. Pour le temps de cuisson idéal, reportez-vous aux indications imprimées sur le paquet.
 - Egouttez le riz.
 - Portez une casserole d'eau salée à ébullition et faites-y cuire les petits pois pendant 5 min. Egouttez.
 - Cassez les œufs dans un saladier, battez-les en omelette avec l'huile de
 - Coupez le Délice de poulet doré au four ISLA DELICE en dés. Ciselez la
 - Faites chauffer l'huile d'arachide dans un wok ou une poêle et faites-y revenir le riz pendant 2 min., en remuant sans cesse. Incorporez alors les petits pois et les dés de poulet. Salez et poivrez.
 - Comptez 2 minutes de cuisson avant d'ajouter les œufs battus. Ne cessez pas de mélanger l'ensemble jusqu'à ce que les œufs soient cuits.
 - Retirez du feu, saupoudrez de ciboulette ciselée et dégustez sans