

Préparation

Dans une marmite ou cocotte, faire revenir les cuisses ou pilons de poulet avec l'huile en faisant dorer légèrement les deux faces. Incorporez l'oignon coupé en petit morceau, le céleri coupé, l'ail ainsi que la tomate pelée et le concentré de tomate. Ajoutez les épices : cannelle, paprika, gingembre, sel et poivre puis les pois chiches trempés de la veille et rincés et enfin quelques branches de coriandre finement ciselées. Mélangez intimement tous les ingrédients. Couvrir et faire mijoter une dizaine de minutes.

Rajoutez 1,5 litre d'eau bouillante. Fermez la marmite et laissez cuire 15 minutes. Lorsque que le poulet est bien cuit, retirez le de la marmite et laissez refroidir avant de l'émietter. Finir la cuisson des pois chiches. Émiettez le poulet en morceau et remettre dans la sauce. Rincez à l'eau tiède le blé concassé, égouttez le et versez le dans la marmite. Laissez le cuire en remuant de temps en temps afin qu'il ne colle pas au fond de la marmite.

Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Juste avant de servir, parsemez du reste du bouquet de coriandre ciselée.

A déguster très chaude.