Poulet du général Tao croustillant

Des morceaux de poulet frits et croustillants, enrobés d'une sauce brillante sucrée, salée et légèrement pimentée. La sauce se prépare en 8 minutes.

4 personnes	20 min préparation	15 min cuisson	35 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 700 g de blancs de poulet en cubes
- 1 oeuf
- 60 g de fécule de maïs
- 2 gousse d'ail
- 10 g de gingembre
- 60 ml de sauce soja
- 50 ml de vinaigre de riz
- 60 g de sucre
- 100 ml d'eau
- 1 c. à café de piment en flocons
- 400 ml d'huile de friture

Préparation

1. Enrober les cubes de poulet d'oeuf battu, puis de 40 g de fécule.
2. Mettre l'ail et le gingembre dans le bol, puis hacher.
   5 sec / vitesse 7
3. Ajouter la sauce soja, le vinaigre de riz, le sucre, l'eau, le piment et le reste de fécule délayée.
4. Cuire la sauce jusqu'à ce qu'elle épaississe.
   6 min / 90°C / vitesse 2
5. Frire le poulet par petites quantités 5 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré, puis égoutter.
6. Enrober le poulet de sauce chaude et servir aussitôt avec du riz et du brocoli vapeur.

Le conseil de Tiha
Enrobe le poulet de sauce au dernier moment, sinon la croûte ramollit.

Conservation : 1 jour au réfrigérateur ; la croûte sera moins croustillante.