

Plat à l'orientale

tupperonde
(4 portions)

500 g (1 lb) poitrine de poulet, surlonge de bœuf ou côtelettes de porc, coupé en dés

1 ½ tasse de riz à cuisson rapide

1 ½ tasse d'eau ou de bouillon de poulet

500 g (1 pqt) mélange de légumes style oriental, congelés

1 tasse de sauce hoisin

Placer les morceaux de poulet ou de viande sur la grille de cuisson insérée dans la base de la Cocotte. Recouvrir. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée (100%) de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce que le poulet perde sa couleur rose. Enlever la grille de cuisson et transférer la viande dans la passoire peu profonde. Placer le riz et l'eau dans la base; mettre la passoire peu profonde contenant la viande sur le dessus. Déposer les légumes dans la passoire profonde avec fond et la mettre en place sur la passoire peu profonde. Recouvrir. Cuire à puissance élevée de 8 à 10 minutes. Remuer les légumes et verser la sauce hoisin par-dessus. Toujours à la même puissance, faire cuire pendant 2 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que le riz et les légumes soient cuits.