

# Poulet ( ou saumon ) chipotle et salsa mangue ananas

## Ingrédients

- 6 à 8 Hauts de cuisse de poulet ou filets de saumon
- 2 c. à soupe de chipotle
- 1 c. à soupe de paprika
- 1 tasse de riz grains longs
- 1 3/4 tasse d'eau
- 3 carottes coupées en biseau 3/4 cm
- 3 maïs coupés en morceaux de 2 cm
- 1 poivron rouge coupé en cubes de 3 cm
- 1 tasse compacte de coriandre
- ail
- échalote française
- 2 limes
- 1 tasse de haricots coupés en tronçon de 2 cm
- 1/4 tasse d'huile d'olive
- Sel et poivre au goût

## Salsa mangue et ananas

### Ingrédients

- 1/2 oignon rouge, épluché, coupé en deux
- 1/2 piment rouge, évidé, coupé en deux
- 1/2 piment vert, évidé, coupé en deux
- 1/4 tasse de feuilles de coriandre lavée et asséchée
- 1 piment jalapeno, évidé et coupé en 4
- 1 mangue fraîche pelée dénoyautée (ou 1 tasse de mangue congelée)
- 1/2 ananas frais (ou 1 tasse d'ananas congelé)
- 1 lime
- 1 sac de croustilles au maïs
- 1 c. à table (15 ml) d'assaisonnement Chipotle

## Instructions pour la salsa

- Mettre l'oignon, les piments, le piment jalapeno et la coriandre dans le Rapido-chef.
- Hacher grossièrement.
- Ajouter le reste des ingrédients, la mangue, les épices Chipotle et l'ananas dans le Rapido-Chef.
- Presser le jus d'une lime à l'aide du Presse-agrume.
- Hacher jusqu'à ce que la mangue et l'ananas aient atteint la consistance désirée.
- Servir avec des croustilles au maïs.

## Instructions

- Mettre le riz, l'eau et 1 c. à thé de sel dans la base de l'Intelli-Multicuseur.
- Mettre les hauts de cuisse dans le bol étuveur. Enrober généreusement de Chipotle et paprika. Ajouter les carottes et le maïs par dessus.
- Mettre le poivron rouge dans la passoire.
- Superposer et cuire 15 minutes à high. Laisser reposer 5 minutes sans ouvrir.
- Dans l'Extra-chef, hacher l'ail, la coriandre, et l'échalote française.
- Presser le jus des 2 limes à l'aide du Zeste/Presse-agrume dans l'Extra-chef. Saler, poivrer.
- Mélanger la salsa réservée à tous les ingrédients et verser l'huile d'olives.
- Servir.