 **Brocolis sauce curry**

 **Pour 4 Croquants - Gourmands**

**Les brocolis :  
- 1 kg de brocolis (fleurettes surgelées)  
- 100 ml de vin blanc  
- 150 ml d'eau  
- 1 tablette de bouillon de poulet**   
**- 125 g de yaourt entier  
- 1 càs de curry  
- muscade  
- piment d'Espelette  
- 2 gros oignons  
- le jus d'½ citron  
- huile d'olive  
- sel & poivre du moulin  
Le poulet :  
- 4 escalopes de poulet  
- 250 g de crème fraîche  
- 1 càc de curry  
- sel & poivre du moulin**

**Les brocolis :**  
Cuire les brocolis à la vapeur pendant une dizaine de minutes, ils doivent rester légèrement croquants.  
Les égoutter soigneusement.  
Peler et hacher finement les oignons.  
Les faire suer dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.  
Ajouter le curry et une bonne pincée de muscade râpée et laisser cuire pendant 1 minute en remuant.  
Mettre dans la cocotte le vin, l'eau et la tablette de bouillon ainsi qu'une grosse pincée de piment d'Espelette.  
Lorsque la tablette est dissoute, ajouter les fleurettes de brocolis et laisser sur feu moyen jusqu'à évaporation du liquide en remuant délicatement de temps en temps.  
Mélanger le yaourt et le jus de citron. Saler et poivrer.Ajouter ce mélange dans la sauteuse.  
Laisser à tout petit feu jusqu'à ce que la sauce épaississe et enrobe bien les légumes.  
Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud.  
**Les escalopes de poulet :**Faire chauffer une cuillerée d'huile dans la sauteuse et y faire dorer les escalopes sur les 2 faces.  
Verser un peu d'eau dans la sauteuse, saler, poivrer, couvrir et laisser cuire jusqu'à ce que la viande soit tendre.  
Retirer les escalopes et les garder au chaud.  
Mélanger la crème et le curry.  
Verser la crème dans la sauteuse et bien remuer pour décoller les sucs de la viande, laisser bouillir quelques minutes.Ajouter les escalopes et les enrober de sauce.Servir les brocolis et la viande nappée de sauce dans une assiette chaude.