

Poulet Asiatique



Ingrédients

1. 1,6 kg de blancs de poulet
2. 80 ml de beurre de cacahuète
3. 45 ml de jus d'orange
4. 30 ml de sauce soja
5. Poivre
6. 250g de bok choy

Préparation

1. Répartir les ingrédients sauf le bok choy sur le poulet dans une mijoteuse.
2. Laisser mijoter à feu doux pendant 6 heures.
3. Ajouter le bok choy 15 minutes avant la fin
4. Servir avec du riz ou des nouilles.