

Chettinad chicken (🍲🍲🍲🍲🍲🍲🍲🍲🍲🍲)

🍴 4 portions · ⌚ prep. 30m · 🕒 cuisson 50m

🥛 lait

Kozhi Chettinad — curry tamoul emblématique du pays Chettinad (Tamil Nadu, Inde du Sud). Pâte d'épices entières torréfiées puis moulues avec noix de coco (coriandre, cumin, fenouil, poivre noir, cannelle, girofle, badiane, cardamome, kalpasi), piments séchés, feuilles de curry, oignon, tomate. Noir-brun profond, aromatique dense, piquant maîtrisé.

Sud-indienne / Tamil Nadu / Inde

INGRÉDIENTS

□ cuisses de poulet, <i>sans peau</i>	800 g	□ étoile de badiane	1
□ curcuma en poudre	3 g	□ gousses de cardamome verte, <i> fendues</i>	3
□ poudre de piment	3 g	□ kalpasi, <i>fleur de pierre, dagad phool, optionnel</i>	1 g
□ sel fin	5 g	□ piments rouges seches, <i>Guntur ou Byadagi, ou piments d'Espelette séchés</i>	10 g
□ citron vert	1	□ noix de coco rapee, <i>sèche non sucrée, à défaut râpée fraîche</i>	15 g
□ yaourt nature	30 g	□ oignons rouges, <i>moyens</i>	2
□ graines de coriandre	10 g	□ gousses d ail	4
□ graines de cumin	5 g	□ gingembre frais	25 g
□ graines de fenouil	5 g	□ tomates mures, <i>fermes</i>	200 g
□ grains de poivre noir	3 g	□ feuilles de curry fraîches, <i>karuvepillai</i>	10 g
□ graines de fenugrec	1 g	□ huile de coco, <i>ou huile neutre à défaut</i>	45 ml
□ cannelle, <i>3-4 cm</i>	2 g	□ coriandre fraîche	15 g
□ clous de girofle	4		

PRÉPARATION

— **Marinade du poulet** —

1. Désosser et couper 800 g de *cuisses de poulet* en gros morceaux de 4-5 cm.
2. Dans un *bol*, mélanger le poulet avec 1 càc de *curcuma en poudre*, 1 càc de *poudre de piment*, 1 càc de *sel fin*, le jus d'un *citron vert* et 2 càs de *yaourt nature*. Masser pour enrober.
3. Laisser mariner au *réfrigérateur* 30 minutes.

— **Chettinad masala (torréfaction)** —

4. Dans une *poêle sèche* à feu moyen, faire griller séparément et successivement, *30 secondes* chacun, en remuant constamment : - 2 càs de *graines de coriandre* - 1 càs de *graines de cumin* - 1 càs de *graines de fenouil* - 1 càc de *grains de poivre noir* - ½ càc de *graines de fenugrec* - 1 bâton de *cannelle* - 4 *clous de girofle* - 1 *etoile de badiane* - 3 *gousses de cardamome verte* - 1 càc de *kalpasi* - 6-8 *piments rouges séchés*
5. Les épices doivent devenir intensément parfumées sans brunir au-delà d'une légère coloration dorée.
6. Dans la même poêle, griller à sec 2 càs de *noix de coco rapée* 2 minutes en remuant, jusqu'à coloration brun doré.
7. Transférer toutes les épices + noix de coco dans un *moulin à épices* ou un petit robot. Ajouter 3-4 càs d'eau et mixer en pâte lisse. Réserver.
- Base aromatique —
8. Peler et émincer finement 2 *oignons rouges*.
9. Peler et piler 4 *gousses d'ail* et 1 pouce de *gingembre frais* en pâte au mortier (ou mixer).
10. Hacher 2 *tomates mures* en petits dés.
11. Préparer 2-3 brins de *feuilles de curry fraîches*.
- Cuisson —
12. Dans une *cocotte en fonte* ou une sauteuse à fond épais, chauffer 3 càs d'*huile de coco* à feu moyen.
13. Faire revenir les oignons avec les feuilles de curry *10 minutes*, en remuant régulièrement, jusqu'à ce que les oignons soient brun doré foncé.
14. Ajouter la pâte ail-gingembre, cuire *90 secondes* jusqu'à ce que l'odeur piquante disparaisse.
15. Ajouter les tomates, cuire *5 minutes* jusqu'à ce qu'elles se défassent et libèrent leur eau.
16. Ajouter la pâte Chettinad masala. Cuire à feu moyen *5 minutes* en remuant constamment — la pâte doit libérer de l'huile sur les bords et devenir très parfumée.
17. Ajouter le poulet mariné avec son jus. Mélanger pour enrober. Saisir *5 minutes* à feu moyen-vif.
18. Verser 300 ml d'eau chaude. Porter à frémissement, baisser le feu, couvrir aux trois quarts.
19. Laisser mijoter *25 minutes*, en remuant toutes les 5-7 minutes. Le poulet doit être tendre, la sauce épaisse et nappante, l'huile remonter légèrement en surface.

20. Rectifier en sel.

— **Finition et service** —

21. Hors du feu, ciseler les feuilles d'1 petit bouquet de *coriandre fraîche* et parsemer sur le curry.

22. Servir dans des bols chauds, accompagné de parottas tamouls, de dosas, de riz basmati ou de pain naan.

Variante en sauce très sèche (varuval) : réduire l'eau à 150 ml et prolonger la cuisson à découvert pour obtenir une préparation presque sèche, où la pâte masala enrobe le poulet comme un rub. C'est la version Chettinad « varuval » (வறுவல்), servie en pickle de côté avec le riz.

Variante au mouton : remplacer le poulet par 800 g d'épaule d'agneau en cubes de 4 cm. Marinade identique. Prolonger la cuisson à 1h15 au total.

Variante aux crevettes : 500 g de crevettes crues décortiquées, à ajouter en toute fin (4 minutes de cuisson). Marinade raccourcie à 15 minutes.

Marinade sans yaourt : si on cuisine vegan ou si on manque de yaourt, remplacer par 2 càs d'huile de coco + jus de citron. Résultat légèrement moins tendre, acceptable.

Préparer la veille : le Chettinad chicken gagne énormément à être préparé la veille et réchauffé — les épices infusent, la viande s'imprègne. Réchauffer très doucement à feu minuscule, ajouter un peu d'eau si la sauce a trop réduit.

*Niveau de piquant : l'authentique est ****très épicé**** (6-8 piments Guntur). Pour un palais occidental, 4 piments d'Espelette + 1 càc poudre cayenne donne un piquant acceptable.*

traditionnel