



Préparation : 10 min. • Cuisson : 10 min.

Ingrédients

- 2 cuisses de poulet
- 4 bols de riz cuit
- 4 œufs
- 2 ciboules (ou 1 oignon nouveau)

Ingrédients pour 4 personnes

- 1/2 feuille de nori
- 20 cl d'eau
- 1/2 sachet de dashi en granule
- 4 cuillerées à soupe de mirin
- 4 cuillerées à soupe de sauce soja

Préparation

- ❖ Désossez le poulet, ôtez la peau et coupez la chair en lamelles. Émincez les ciboules, réservez un peu de vert pour la décoration.
- ❖ Dans un wok, faites bouillir l'eau et faites fondre les granules de dashi. Ajoutez le poulet, les ciboules, la sauce soja et le mirin.
- ❖ Faites cuire environ 5 min à feu moyen.
- ❖ Dans un bol, mélangez les œufs sans les battre, puis versez-les dans le wok en remuant très légèrement. Laissez cuire jusqu'à ce que les œufs prennent.
- ❖ Répartissez la préparation sur les bols de riz, puis décorez avec du vert de ciboule et des lamelles de nori.

Ce plat est très populaire au Japon. Oyako signifie littéralement "parents et enfants", en référence à la poule et à l'œuf.

