

## Tinga de poulet (Mexique)



La *tinga* de poulet ne manque jamais lors des célébrations familiales dans le foyer mexicain. On peut la déguster seule, en taco (dans une tortilla fraîchement faite enroulée) ou en *tosta* (sur une tortilla préalablement frite).

### Ingrédients pour 4 personnes

4 blancs de poulet  
500 grammes de tomates  
500 grammes d'oignon  
3 gousses d'ail  
4 chiles chipotle en boîte (6 si vous aimez vraiment épicé)

### Préparation

1. Faire bouillir le poulet avec un bouillon de légumes. Enlever le poulet du bouillon, laisser refroidir et effiloche. Réserver le bouillon et le poulet.
2. Faire revenir avec un peu d'huile dans une sauteuse les oignons émincés avec les tomates coupées en cubes et l'ail pressé. Ajouter un demi-cube de poulet pour assaisonner.
3. Rajouter le chile et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
4. Incorporer les morceaux de poulet et bien mélanger. Rajouter éventuellement un peu de bouillon si la préparation est trop sèche.
5. Si vous le souhaitez, vous pouvez remplacer les tortillas par du riz blanc vapeur.

**Bon appétit!**