

NOTRE RECETTE DU JOUR: POULET PIRI-PIRI

Bom dia!

Notre périple continue cette fois du côté de la péninsule ibérique avec la 7e station: le Portugal 🇵🇹 !

Le pays n'est pas seulement connu pour ses atouts touristiques ou sa passion pour le soccer, mais aussi sa savoureuse cuisine aux accents méditerranéens qui est appréciée de tous.

Aujourd'hui nous revisitons le poulet Piri Piri' Certainement que l'annonce de cette nouvelle vous aiguise déjà l'appétit et donc nous n'allons pas monopoliser plus de temps. Passons aux choses sérieuses.



Prenez votre temps et savourez le moment. Soyez-en rassurés, avec Marché Hebdo, cette expérience culinaire pourra être vécue plus d'une fois.

AU FOUR

- Préchauffez votre four à broil à 500 F.
- Placez le poulet sur une plaque à cuisson et faites-le griller pendant 2 minutes.
- Retournez le poulet sur l'autre face et faites griller 2 minutes également.
- Retournez pour que la peau soit de nouveau sur le dessus et badigeonnez avec un peu de sauce.
- Baissez le four à 350 °F et faites cuire environ 30 à 45 minutes.



À LA BRAISE / AU BBQ

- Préchauffer à puissance élevée ou répartir les braises sur une moitié du bbq.
- Huiler la grille.
- Égoutter le poulet.
- Déposer le poulet à plat sur la section éteinte du BBQ, côté peau vers le bas. Fermer le couvercle du barbecue. Cuire 45 minutes.
- Retourner le poulet et poursuivre la cuisson environ 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre inséré dans la cuisse, sans toucher l'os, indique 82 °C (180 °F).
- Terminer la cuisson en grillant rapidement le poulet côté peau au-dessus de la section allumée.



Pommes de terre à la portugaise

Au four:

Mélanger les pommes de terre avec l'assaisonnement et placez-les sur une plaque à cuisson.

Faire rôtir pendant 30 minutes à 400° F

Dressez le poulet, les pommes de terre et la salade de crudités dans une assiette et savourez!

Bom apetite!