



# Ailes de poulet frites dorées et salade de quartiers ranch avec dips de patates douces

Spécial découverte 40 minutes



Ailes de poulet •  
680 g | 1 360 g



Patate douce  
2 | 4



Laitue iceberg  
½ | 1



Tomate  
1 | 2



Ciboulette  
7 g | 14 g



Gousses d'ail  
1 | 2



Mayonnaise  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Crème sure  
2 | 4



Mélange d'épices  
pour sauce  
crémeuse  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Fécule de maïs  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Vinaigre de vin  
blanc  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe



Mélange d'épices  
à l'ail et à l'aneth  
1 c. à thé |  
2 c. à thé

**Allergènes Hé, les cuisiniers!** Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Préparer et rôtir les quartiers de patates douces

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile**. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson recouvertes de papier parchemin avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir dans le haut et au centre du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

4



### Commencer les ailes de poulet

- Ajouter **¾ tasse** (1 ½ tasse) d'**huile** dans une grande poêle antiadhésive. Chauffer à feu moyen-élevé.
- Entre-temps, recouvrir une assiette d'essuie-tout.
- Quand l'**huile** sera chaude, déposer les **ailes de poulet** dans la poêle avec précaution. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle! Frire en plusieurs étapes, au besoin.)
- Réduire à feu moyen.

2



### Préparer les ailes de poulet

- Entre-temps, sécher les **ailes de poulet** avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**. (**CONSEIL** : Sécher les ailes en les pressant fermement pour prévenir les éclaboussures pendant la friture!)
- Dans un grand bol, ajouter la **fécule de maïs**, le **mélange d'épices à l'ail et à l'aneth** et le **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. **Saler et poivrer**. Bien mélanger.
- Déposer **3 ou 4 ailes de poulet** à la fois dans le mélange de **fécule de maïs** en s'assurant de les enrober de tous les côtés et secouer pour enlever tout excédent de mélange. Transférer dans une assiette. Répéter jusqu'à ce que toutes les **ailes** soient enrobées.

5



### Terminer les ailes de poulet

- Frire de 3 à 4 min par côté, en retournant à mi-cuisson ou au besoin, jusqu'à ce que les **ailes de poulet** soient dorées et entièrement cuites\*\*. (**CONSEIL** : Faire tourner les ailes de poulet au besoin pour une cuisson uniforme!)
- À l'aide d'une cuillère ou d'une spatule à rainures, transférer avec précaution dans l'assiette recouverte d'essuie-tout.
- Répéter jusqu'à ce que toutes les **ailes de poulet** soient frites.

3



### Terminer la préparation

- Couper les **tomates** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). **Saler et poivrer**.
- Émincer la **ciboulette**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Retirer et jeter la première couche de feuilles de la laitue iceberg. Retirer le pied. Couper en **4 quartiers** (8 quartiers pour 4 pers.), en laissant **chaque quartier intact**.
- Dans un bol moyen, ajouter la **mayonnaise**, la **crème sure**, l'**ail**, le **vinaigre** et la **ciboulette**. **Saler et poivrer**. Bien mélanger.

6



### Servir

- Répartir les **ailes de poulet**, les **quartiers de patates douces** et les **quartiers de laitue iceberg** dans les assiettes.
- Napper la **laitue iceberg** d'un peu de **vinaigrette**. Garnir de **tomates**. Parsemer du **reste** de la **ciboulette**.
- Servir le **reste** de la **vinaigrette** comme trempette. (**CONSEIL** : Servir avec votre sauce piquante préférée pour un goût plus marqué!)

\* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.