

Cuisses de poulet grillées, épicées et fumées

avec sauce au miel piquante et salade de pommes de terre

Grillade

Épicée

30 Minutes



Cuisse/pilons de poulet



Mélange d'épices ail et paprika fumé



Haricots verts



Pommes de terre rouges



Sauce piquante



Moutarde à l'ancienne



Miel



Mayonnaise



Ail



Vinaigre de vin blanc



Ciboulette

BONJOUR MOUTARDE À L'ANCIENNE

Le Canada est l'un des plus grands producteurs de graines de moutarde au monde!

D'ABORD

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 230 °C (400 °F).

Matériel requis

Cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, petit bol, grande casserole, essuie-tout

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Cuisses/pilons de poulet ♦	310 g ***	620 g ***
Mélange d'épices ail et paprika fumé	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Haricots verts	170 g	340 g
Pommes de terre rouges	480 g	960 g
Sauce piquante 🍷	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Milena	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Ail	3 g	6 g
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Ciboulette	7 g	14 g
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

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

*** Poids minimal

♦ 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 minutes après l'ouverture de l'emballage..

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.



1 Préparer

Couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Parer les **haricots verts**, puis les couper en deux. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Émincer la **ciboulette**.



2 Faire cuire les pommes de terre et les haricots verts

Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** d'assez d'**eau** (dépasser d'environ 7 cm [3 po]), puis ajouter **1 c. à thé** de **sel**. (**REMARQUE** : Utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes.) Porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bouillira, baisser à feu moyen-élevé. Faire cuire les **potatoes** jusqu'à ce qu'elles soient presque tendres, de 8 à 9 minutes. Ajouter les **haricots** verts à la casserole. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les **haricots** verts soient tendres et qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes** de terre.



3 Faire griller le poulet

Pendant que les **potatoes** rôtissent, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Réserver **¼ c. à thé** de **mélange d'épices ail et paprika fumé** (doubler la quantité pour 4 personnes). Saupoudrer le **poulet** du **mélange d'épices ail et paprika fumé restant**. **Saler** et **poivrer**. Arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis brosser sa pinceau pour bien enduire. Ajouter le **poulet** sur le gril, refermer le couvercle et faire griller, en le retournant une fois, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit, de 5 à 7 minutes par côté**.



4 Préparer les sauces

Pendant que le **poulet** grille, mélanger l'**ail**, le **vinaigre**, la **majo** et la **moutarde** dans un grand bol. (**REMARQUE** : C'est votre vinaigrette.) Dans un petit bol, mélanger le **miel** et la **moitié** de la **sauce piquante** (doubler les quantités pour 4 personnes). (**REMARQUE** : C'est votre sauce piquante au miel.)



5 Terminer la salade

Égoutter les **potatoes** et les **haricots** verts, puis les ajouter au bol contenant la **vinaigrette**. Ajouter la **moitié** de la **ciboulette**, puis **saler** et **poivrer**. Bien mélanger.



6 Terminer et servir

Répartir la **salade de pommes de terre** dans les assiettes, puis saupoudrer le **mélange d'épices ail et paprika fumé réservé**, au goût. Servir le **poulet** en accompagnement, puis l'arroser de la **sauce piquante au miel**. Parsemer du **reste** de la **ciboulette**.

Le repas est prêt!