



POULET AUX ÉPICES BBQ

avec maïs grillé et sauce ranch maison



BONJOUR

SAUCE RANCH MAISON

Vous n'achèterez plus jamais de sauce ranch du commerce après avoir goûté à notre version!

TEMPS: 35 MIN



Poitrines de poulet



Assaisonnement BBQ



Maïs en épi



Mayonnaise



Ciboulette



Crème sure



Ail



Vinaigre de vin blanc



Pomme de terre à chair jaune



Sel d'ail

SORTEZ

- Bol moyen
- Presse-ail
- Plaques à cuisson (2)
- Papier d'aluminium
- Petit bol
- Grande casserole
- Cuillères à mesurer
- Fouet
- Essuie-tout
- Sel et poivre
- Sucre (1 c. à thé)
- Huile d'olive ou de canola

INGRÉDIENTS

4 pers

- Poitrines de poulet 4
- Assaisonnement BBQ 6 🍷 1 c. à table
- Maïs en épi 4
- Mayonnaise 3,6,9 ¼ tasse
- Ciboulette 14 g
- Crème sure 2 6 c. à table
- Ail 6 g
- Vinaigre de vin blanc 9 2 c. à table
- Pomme de terre à chair jaune 600 g
- Sel d'ail 9 1 c. à table

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

- 0 Fish/Poisson
- 1 Wheat/Blé
- 2 Milk/Lait
- 3 Egg/Oeuf
- 4 Soy/Soja
- 5 Tree Nut/Noix
- 6 Mustard/Moutarde
- 7 Peanut/Cacahuète
- 8 Sesame/Sésame
- 9 Sulphites/Sulfites
- 10 Crustacean/Crustacé
- 11 Shellfish/Fruit de Mer

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 74 °C/165 °F.



BON DÉPART

Préchauffer le four à **450 °F**. Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température! **ASTUCE BBQ**: cuire les épis de maïs sur le grill à feu moyen en retournant souvent jusqu'à ce qu'ils soient brun doré foncé, de 10 à 12 min.



1 RÔTIR LES POMMES DE TERRE

Laver et sécher tous les aliments.*

Couper les **pommes de terre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson, arroser les **pommes de terre** de **2 c. à table** d'**huile**, puis saupoudrer de **la moitié** du **sel d'ail**. Disposer en une seule couche, puis **saler** et **poivrer**. Rôtir sur la grille du **haut** jusqu'à ce qu'elles soient tendres, de 25 à 28 min.



4 FAIRE LA SAUCE RANCH

Entre-temps, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher finement la **ciboulette**. Dans un petit bol, fouetter la **crème sure**, la **mayo**, l'**ail**, **la moitié** de la **ciboulette**, **1 c. à table** de **vinaigre** et **1 c. à thé** de **sucre**. **Saler** et **poivrer**. Réserver.



2 CUIRE LE POULET

Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Dans un bol moyen, ajouter le **poulet**, l'**assaisonnement BBQ**, le **reste** du **sel d'ail** et **1 c. à table** d'**huile**. Bien mélanger. Transférer sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. Rôtir le **poulet** au **centre** du four jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, de 18 à 21 min. (**ASTUCE**: cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.**)



5 FINIR ET SERVIR

Couper le **poulet** en tranches. Badigeonner le **maïs** de **la moitié** de la **sauce ranch**, puis saupoudrer **du reste** de **ciboulette**. Répartir le **poulet**, le **maïs** et les **pommes de terre** dans les assiettes. Servir avec **le reste** de **ranch** comme trempette.



3 CUIRE LE MAÏS

Entre-temps, éplucher le **maïs**. Dans une grande casserole, couvrir le **maïs** d'**eau** (de 2,5 à 5 cm [1 à 2 po]). **Saler**. Couvrir et porter à ébullition, de 3 à 4 min. Retirer la casserole du feu et laisser cuire à couvert jusqu'à ce qu'il soit tendre.

SUCRÉ!

En poêlant, le maïs caramélise et devient encore plus sucré!