

Poulet grillé style tandoori

avec pommes de terre masala et pain naan à l'ail

Grillade

30 minutes



Cuisses/pilons de poulet



Pains naan



Oignon rouge



Mini concombre



Coriandre



Mélange printanier



Sauce tikka



Mélange d'épices indien



Ail



Pommes de terre à chair jaune

BONJOUR MÉLANGE D'ÉPICES INDIEN

Un chaleureux mélange d'épices sucrées, aromatiques et relevées!

D'abord

- Retirer 1 c. à soupe de beurre (doubler la quantité pour 4 personnes) du réfrigérateur et le laisser atteindre une température ambiante.
- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, casserole moyenne, petit bol, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Cuisses/pilons de poulet *	4	8
Pains naan	2	4
Oignon rouge	113 g	226 g
Mini concombre	66 g	132 g
Coriandre	7 g	14 g
Mélange printanier	28 g	56 g
Sauce tikka	½ tasse	1 tasse
Mélange d'épices indien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Ail	3 g	6 g
Pommes de terre à chair jaune	360 g	720 g
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
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.

• 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.

Nous joindre

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Préparer

Trancher finement le **concombre**. Hacher grossièrement la **coriandre**. Couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper l'**oignon** en rondelles de 0,5 cm (¼ po) en évitant de les séparer. Transférer les **rondelles d'oignon** dans une assiette. Arroser de ½ c. à soupe d'**huile**, puis **saler** et **poivrer**. Mélanger délicatement pour bien enrober. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.



Préparer les pains naan à l'ail

Pendant que le **poulet** grille, ajouter l'**ail** et 1 c. à soupe de **beurre ramolli** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans un petit bol. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Étendre le **beurre à l'ail** sur le dessus du **pain naan**. Empiler les **pains naan**, côté beurré l'un sur l'autre, puis les envelopper dans du papier d'aluminium.



Faire griller les pommes de terre

Dans un bol moyen, ajouter les **potatoes**, la moitié du **mélange d'épices indien**, 1 c. à soupe d'**huile** et 2 c. à soupe d'**eau** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Superposer deux rectangles de papier d'aluminium de 60 x 30 cm (24 x 12 po). Disposer le **mélange de pommes de terre** sur une moitié du papier d'aluminium. Replier le papier d'aluminium par-dessus le **mélange de pommes de terre** et pincer le tour pour sceller. (**REMARQUE** : Faire 2 papillotes pour 4 personnes, en utilisant 2 feuilles de papier d'aluminium par papillote.) Placer la papillote sur un côté de la grille du barbecue, refermer le couvercle et faire griller jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres, de 18 à 20 minutes.



Faire chauffer les pains naan

À la mi-cuisson du **poulet** et des **oignons**, ajouter les **pains naan**, refermer le couvercle et faire griller, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **pains naan** soient bien chauds, de 5 à 6 minutes.



Faire griller le poulet et les oignons

Pendant que les **potatoes** grillent, ajouter le **reste** du **mélange d'épices indien** et 2 c. à soupe de **sauce tikka** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans le même bol (celui de l'étape 2). Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. Ajouter le **poulet** dans le bol et bien mélanger. Disposer le **poulet** sur le grill, puis refermer le couvercle et faire griller de 6 à 8 minutes par côté jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**. Ajouter les **oignons** sur le grill, refermer le couvercle et faire griller de 5 à 7 minutes par côté, jusqu'à ce qu'ils soient tendres, en retournant à mi-cuisson.



Terminer et servir

Ajouter le **reste** de la **sauce tikka** dans une casserole moyenne. Faire cuire à feu moyen de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** soit bien chaude. Trancher finement le **poulet**, puis l'ajouter à la **sauce tikka**. Bien mélanger. Séparer les **rondelles d'oignon grillées**. Répartir les **pains naans** et les **potatoes** dans les assiettes. Garnir les **pains naan** de tranches de **concombre**, de **mélange printanier**, de rondelles d'**oignon**, de **poulet** et de la **sauce de cuisson** restant dans la casserole. Parsemer les **potatoes** de **coriandre**.

Le repas est prêt!