



BONJOUR POULET PIRI PIRI

Un plat populaire d'inspiration portugaise!

TEMPS: 30 MIN



Poitrines
de poulet



Sauce aux
piments et à l'ail



Patate douce,
en frites



Oignons verts



Ail



Jalapeno



Origan



Paprika fumé



Vinaigre de
vin rouge



Mayonnaise



Tomates cerises

SORTEZ

- Bol moyen
 - Grand bol
 - Plaques à cuisson (2)
 - Presse-ail
 - Petite casserole
 - Papier d'aluminium
 - Petit bol
 - Grande poêle antiadhésive
 - Cuillères à mesurer
 - Papier parchemin
 - Essuie-tout
 - Sel et poivre
 - Sucre
 - Huile d'olive ou de canola
- (½ c. à thé | 1 c. à thé)

INGRÉDIENTS

2 pers | 4 pers

- Poitrines de poulet 340 g | 680 g
- Sauce aux piments et à l'ail 9 1 c. à table | 2 c. à table
- Patate douce, en frites 9 340 g | 680 g
- Oignons verts 2 | 4
- Ail 6 g | 12 g
- Jalapeño 1 | 2
- Origan 7 g | 14 g
- Paprika fumé 4 1 c. à thé | 2 c. à thé
- Vinaigre de vin rouge 9 1 c. à table | 2 c. à table
- Mayonnaise 3,6,9 4 c. à table | 8 c. à table
- Tomates cerises 113 g | 227 g

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes lait, 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 Lait/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 **425 °F** (pour rôtir les patates douces). Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température! À l'étape 4, ajouter (dbl pour 4 pers) **½ c. à table** pour un goût doux, **1 c. à table** pour un goût moyen, **1 ½ c. à table** pour un goût épicé et **2 c. à table** pour un goût très épicé!



1 RÔTIR LES PATATES

Laver et sécher tous les aliments.*

Sur une plaque recouverte de papier parchemin, arroser les **patates** de **1 c. à table d'huile** (dbl pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient dorées, de 22 à 24 min. Entre-temps, émincer les **oignons verts**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher finement les **feuilles d'origan**. Couper le **jalapeño** en morceaux de 1,25 cm (½ po), en retirant les **graines** pour un goût plus doux. (**NOTE:** il est recommandé de porter des gants à cette étape!)



4 GRILLER LES LÉGUMES

Entre-temps, couper les **tomates** en deux. Lorsque les **patates** sont cuites, actionner la fonction Griller du four. Sur une plaque recouverte d'aluminium, mélanger les **tomates**, **1 c. à table de jalapeño** (dbl pour 4 pers) (**NOTE:** se référer à la section Bon départ pour la quantité) et **1 c. à thé d'huile** (dbl pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Griller au **centre** du four jusqu'à ce que les **tomates** éclatent, de 2 à 3 min.



2 FAIRE LA SAUCE PIRI PIRI

Dans une petite casserole à feu moyen-élevé, ajouter **2 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis l'**ail**, la **sauce aux piments et à l'ail**, l'**origan** et **1 c. à thé de paprika fumé** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que l'**ail** ramollisse, 1 min. Retirer la casserole du feu. Ajouter **1 c. à table de vinaigre** (doubler pour 4 pers) et **½ c. à thé de sucre** (doubler pour 4 pers). Réserver la **sauce piri piri** dans un grand bol.



5 FAIRE LA MAYO ET LA SALSA

Entre-temps, dans un petit bol, mélanger la **mayo** et la **moitié** des **oignons verts**. Lorsque les **légumes** sont grillés, les transférer dans un bol moyen. Incorporer le **reste** des **oignons verts** et **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**.



3 CUIRE LE POULET

Sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**. Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, ajouter **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis le **poulet**. Saisir jusqu'à ce qu'il soit brun doré et entièrement cuit, de 5 à 7 min par côté. (**ASTUCE:** cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.**)



6 FINIR ET SERVIR

Transférer le **poulet** dans le grand bol de **sauce piri piri** et mélanger. Couper le **poulet** en tranches. Répartir le **poulet**, les **patates** et la **salsa** dans les assiettes. Garnir de **mayo aux oignons verts** et **du reste de sauce piri piri**, au goût.

SALSA!

La salsa aux fruits permet d'adoucir le côté piquant de ce plat.