

Haut de cuisse de poulet mariné au citron et basilic |

Recette pour 4 personnes / 12 tapas

Description

Saveurs et couleurs pleines de fraîcheur, léger, recette très agréable pour la saison estivale.

Ingrédients

Haut de cuisse de poulet mariné

- 600 Gr Haut de cuisse de poulet
- Sel et poivre

Marinade

- 4 Branche(s) Basilic
- 1 Unité(s) Citron
- 250 Unité(s) Barquette de tomates cerise
- 100 Ml Huile d'olive
- 2 Gousse(s) Ail haché

- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

Mise en place

Marinade

Zestez le citron et presser son jus, coupez les tomates cerises en quatre.

Équeutez le basilic, le ciseler, hachez l'ail finement. réunissez tous les ingrédients une fois transformés dans un bol, bien mélanger.

Conservez la moitié de la préparation dans un autre récipient au réfrigérateur.

Frottez les hauts de cuisses de poulet avec une partie de la marinade.

Placez le tout au réfrigérateur pour une heure minimum.

Haut de cuisse de poulet

Assaisonnez le poulet, le saisir dans la poêle avec l'huile chaude (ou le BBQ), assurez-vous d'une belle coloration, les retourner régulièrement, durant la cuisson. Vous pouvez finaliser la cuisson dans le four sur une plaque, ou finalisez la cuisson sur la grille supérieure de votre BBQ, en cuisson indirecte

Montage finition

Déposez vos haut de cuisses de poulet dans votre assiette de présentation, badigeonnez-les de la marinade que vous avez conservé dans le réfrigérateur.

Bon appétit!