

Poulet grillé à la Jerk |

Recette pour 4 personnes

Description

Un poulet classique de la Jamaïque, bien relevé!

L'astuce du chef

Ici nous utilisons des pilons de poulet, vous pouvez utiliser un autre morceau du poulet, attention le temps de cuisson peut être différent.

Ingrédients

Poulet jerk

- 8 Unité(s) Pignons de poulet
- 1 Cuil. à thé 4 épices en poudre
- 1 Unité(s) Oignon vert
- 2 Gousse(s) Ail
- 30 Gr Piment jalapeno
- 3 Branche(s) Thym
- 50 Gr Oignon
- 50 Ml Sauce soya
- 1 Pincée(s) Noix de muscade
- 15 Ml Huile de canola

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **425 F°**

Poulet jerk

Piquez les morceaux de poulet à l'aide d'une fourchette.

Dans un robot culinaire, combinez tous les ingrédients sauf l'huile et la sauce soya. Faites réduire en purée. Ajoutez la sauce soya et l'huile en filet en continuant de tourner à basse vitesse. Transférez la marinade dans un cul de poule de taille moyenne et ajoutez le poulet. Mélangez bien (Idéalement, laissez mariner toute une nuit). Laissez le poulet tempérer avant de le cuire.

Allumez le grill. Cuire les pilons de poulet à feu moyen en tournant de temps en temps jusqu'à l'obtention d'une belle coloration.

Bon appétit!