THE J.M. SMUCKER Co

Ailes de poulet miel et ail

Prep Time	Cook Time	Serves	Difficulty
25 mins	30 mins	24	N/A

Ingredients

- **Sauce:**
- 1 c. à table (15 mL) d'huile de canola
- 1 petit oignon finement haché
- 6 gousses d'ail hachées
- 2 c. à thé (10 mL) de gingembre frais haché
- 1/4 c. à thé (1 mL) de flocons de chili (facultatif)
- 3/4 tasse (175 mL) de miel
- 1/4 tasse (50 mL) de jus de citron
- 1/4 tasse (50 mL) de sauce soya
- 2 c. à table (30 mL) de ketchup
- **Poulet:**
- 1 tasse (250 mL) de farine tout usage original Robin Hood®
- 12 ailes de poulet, extrémités enlevées et coupées en deux
- 1/4 tasse (50 mL) d'huile de canola

Directions

Step 1:

Sauce : chauffer l'huile dans une petite casserole. Ajouter l'oignon, l'ail, le gingembre et les flocons de chili. Cuire 2 ou 3 minutes jusqu'à ce que le tout soit tendre. Ajouter le reste des ingrédients secs. Amener à ébullition, baisser le feu et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.

Step 2:

Poulet : préchauffer le four à 375 °F (190 °C).

Step 3:

Déposer la farine dans un grand bol ou un sac de plastique. Ajouter les ailes et agiter.

Step 4:

Chauffer l'huile à feu moyen dans une grande poêle. Ajouter le poulet et cuire jusqu'à ce qu'il soit bien doré. Il n'est pas nécessaire de cuire complètement, la cuisson se poursuivra au four.

Step 5:

Déposer le poulet et la sauce dans un plat de cuisson de 9 x 13 po (3 l).

Step 6:

Cuire à découvert au four préchauffé pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que la sauce bouillonne et que le poulet soit complètement cuit.

Images

