



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:

**Chauder** 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

