

Poulet rôti au sumac, au zaatar et au citron

Je vous en avais parlé, cette recette de poulet se mange idéalement avec des pitas. La recette vient du livre "Ottolenghi le Cookbook". Ce poulet est à préparer à l'avance car il doit mariner toute une nuit au réfrigérateur. Mais ça vaut le coup de patienter car le résultat est excellent.



Ingrédients:

12 pilons de poulet

2 oignons rouges émincés finement

2 gousses d'ail écrasés

4 cs d'huile d'olive

1.5 cc de 4 épices

1 cc de cannelle

1 cs de sumac

1 citron coupé en tranches fines

20 cl de bouillon de volaille

1.5 cc de sel

1 cc de poivre

2 cs de zaatar

50 g de pignons de pin

4 cs de persil plat ciselé (ou surgelé Picard ça marche très bien aussi)

Préparation:

1- Dans un grand saladier, mélanger le poulet avec les oignons, l'ail, l'huile d'olive, les épices, le citron, le bouillon, le sel et poivre. Laisser mariner toute la nuit au réfrigérateur.



2- Préchauffer le four à 200°C. Mettre le poulet et la marinade dans un plat allant au four. Placer le poulet côté peau vers le haut. Parsemez de zaatar et enfourner pour 30 à 40 min.



3- Pendant la cuisson, faire dorer les pignons de pin. J'ai choisi de les dorer dans une poêle à sec. Dans le livre, il faut le faire avec 20 g de beurre.



4- A la fin de la cuisson, ajouter les pignons de pin et parsemer de persil. Servir à l'assiette ou dans des pitas après avoir désossé le poulet.





cestmeilleurfaitmaison



cestmeilleurfaitmaison.fr