



Cuisse de poulet grillée à l'argousier

Rendement : 4 portions

Au marché :

4 cuisses de poulet coupées en 2
15 ml (1 cuill. à soupe) de curcuma
30 ml (2 cuill. à soupe) de moutarde
15 ml (1 cuill. à soupe) de miel
125 ml (1/2 tasse) de jus d'argousier
Au goût de sel, poivre et piment de Cayenne

En cuisine :

- Réunir tous les ingrédients, bien mélanger. Réfrigérer pendant 12 à 24 heures.
- Retirer les morceaux de poulet de la marinade.
- Griller le poulet au barbecue à puissance moyenne.
- Accompagner d'une salade d'épinards avec vinaigrette d'argousier et de pommes de terre rôties.

Chef Christopher Alary

Enseignant à l'École Hôtelière de la Capitale