



Poulet aux figues

Description

Retour de vacances... Je vous propose du poulet aux figues ! Nous avons passé quelques jours au coeur des champs d'amandiers et de figuiers, et j'ai ramené de délicieux souvenirs à la maison. Rien de meilleur que des figues cueillies directement de l'arbre, et gorgées de soleil. **Cette recette est pour les adeptes du sucré-salé.** Je vous recommande de la servir avec des pommes de terre sautées ou du riz.

Recette du poulet aux figues

4 pers
Préparation 10 min
Cuisson 40 min
Niveau facile

Ingrédients

- 4 cuisses de poulet (haut de cuisse et pilons)
- une dizaine de figues
- 1 oignon
- gingembre moulu
- miel
- sel, poivre

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_column_text]

Etape par étape

1. Commencer par préparer l'oignon et les figues. Couper l'oignon en lamelles et les figues en quatre.
2. Dans une marmite, faire chauffer un peu d'huile et faire revenir le poulet sur toutes ses faces à feu moyen-fort pendant 8-10 min.
3. Une fois le poulet doré, ajouter les oignons et baisser légèrement le feu.
4. Ajouter ensuite une cuillère à soupe de miel, une cuillère à café de gingembre et un petit verre d'eau. Saler et poivrer.
5. Couvrir et laisser mijoter 10 min à feu doux. Ajouter les figues puis faire mijoter 15 minutes de plus.
6. Ajuster l'assaisonnement avant de servir et présenter avec des pommes de terre sautées ou du riz.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucs et astuces pour réussir le poulet aux figues

- Je préfère toujours séparer les pilons du haut de la cuisse afin que le poulet cuise uniformément.
- Si vous voulez ajouter encore plus d'arôme sucré, n'hésitez pas à ajouter une cuillère à soupe de raisins secs.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_message message_box_color= »mulled_wine » icon_fontawesome= »fa fa-camera » css= ».vc_custom_1578330895116{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Si vous cuisinez les recettes du blog, n'hésitez pas à prendre le résultat en photo et à le publier sur les réseaux sociaux avec la mention **@vidaypimienta** ou le hashtag **#vidaypimienta**

Par avance merci de votre collaboration et bonne cuisine !

[/vc_message][vc_column][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column][vc_separator color= »mulled_wine » border_width= »3? el_width= »50?][vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type= »post » max_items= »-1? style= »lazy » items_per_page= »4? show_filter= »yes » element_width= »3? gap= »10? orderby= »rand » item= »basicGrid_NoAnimation » initial_loading_animation= »none » grid_id= »vc_gid:1598217332341-27ff3fd3-737d-0? taxonomies= »98, 184? filter_source= »category »][/vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Coin salé
2. Plat

POST TAG

1. fruits
2. sans gluten
3. sans lactose

Categorie

1. Coin salé
2. Plat

Tags

1. fruits
2. sans gluten
3. sans lactose

date créée

24/08/2020

Auteur

admin

default watermark