

Station gourmande

Ailes de poulet au miel, citron et sauce sweet chili

À manger avec les doigts. Faites-moi confiance, un voyage instantané vers l'Asie, assis tranquillement à la maison, peut-être devant un bon film.

Pour 2 personnes
Préparation : 5 minutes
Cuisson : 30 minutes

4 ou 6 ailes de poulet par personnes
2 cs de miel
1 cs de sauce soja
1 gousse d'ail
1 pouce de gingembre

2 cs de sauce sweet chili
1/2 citron jaune



Préchauffez le four à 180°

Dans un sachet de congélation à la bonne taille, versez le miel, la sauce soja (light pour moi), une gousse d'ail écrasée et un pouce de gingembre râpé.

Mélangez bien, ajoutez les ailes de poulet et laissez mariner 10 à 20 minutes. Cette étape n'est pas obligatoire, si vous n'avez pas le temps, enrobez les ailes de la préparation.

Versez dans un plat allant au four et enfournez pour 30 minutes.

Préparez dans un saladier pouvant contenir toutes les ailes cuites la deuxième sauce, avec la sauce sweet chili et le jus d'un demi citron. Cette sauce est maintenant disponible dans les supermarchés. Vous la trouverez à moindre coût dans les épicerie asiatiques.

Si comme moi, vous allez manger du riz gluant, je vous conseille d'en faire un peu plus.

Lorsque les ailes sont cuites, à la sortie du four, encore très chaudes, versez dans le saladier et enrobez-les de sauce.

Servez immédiatement.