

Burgers de poulet au chipotle et croquettes de maïs frites

Ingrédients:

2 poitrines de poulet
1 c. à s. de jus de lime
2 gousses d'ail hachées
1 c. à thé de poudre de chipotle
1 c. à thé de cassonade
1/2 c. à thé de cumin
1/2 c. à thé de paprika fumé
sel et poivre
4 pains hamburger
1-2 avocats écrasés, avec de la coriandre et du jus de lime
Mayonnaise au chipotle

Croquettes de maïs:

3/4 tasse de farine
1/2 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de poudre de chili
1 c. à thé de paprika fumé
sel et poivre
1/2 tasse de lait
1 1/4 tasse de maïs
2 c. à s. de coriandre haché
1 tasse de fromage cheddar râpé
2 oignons verts hachés finement
1 tasse de chapelure panko
Huile pour friture

Préparation:

Pour préparer la marinade, mélanger ensemble le jus de lime, l'ail, la poudre de chipotle, la cassonade, le cumin et le paprika fumé. Saler et poivrer.

Couper les poitrines de poulet en deux sur l'épaisseur. Mettre le poulet dans un bol et enrober de marinade. Laisser mariner au frigidaire au moins 4 heures.

Préchauffer la barbecue.

Croquettes de maïs:

Chauffer l'huile.

Dans un bol, mettre la farine, la poudre à pâte, la poudre à chili et le paprika fumé. Saler et poivrer. Ajouter le lait et fouetter jusqu'à consistance homogène. La pâte doit être assez épaisse. Ajouter le maïs, la coriandre, le fromage et les oignons verts.

Mettre la chapelure panko dans un bol. Déposer la pâte par cuillerée dans la chapelure. Former des boules et frire dans l'huile chaude environ deux minutes. Une fois cuite, sécher sur du papier essuie-tout. Garder au chaud dans le four et pendant ce temps préparer les burgers.

Cuire les morceaux de poulet sur le barbecue jusqu'à ce qu'il soit bien grillé et cuit à l'intérieur, environ 4 minutes de chaque côté.

Beurrer l'intérieur des pains hamburgers de mayo au chipotle. Mettre le poulet sur le pain du dessous, ajouter l'avocat et des croquettes de maïs sur le dessus. Fermer les hamburgers et servir avec le restes des croquettes.

À table avec les soeurs Bellegarde <http://lessoeursbellegarde.blogspot.ca/>