

PILONS DE POULET HULI-HULI

1/2 tasse (105 g) de cassonade légèrement tassée
1/2 tasse (125ml) de jus d'ananas
1/2 tasse (125 ml) de ketchup
1/4 tasse (60 ml) de sauce soya
1/4 tasse (60 ml) de vinaigre de riz
1 c. à soupe (15 ml) de gingembre haché finement
2 gousses d'ail, hachées
24 pilons de poulet sans la peau

-Dans un grand bol, mélanger la cassonade avec le jus d'ananas, le ketchup, la sauce soya, le vinaigre, le gingembre et l'ail. Ajouter le poulet. Saler, poivrer et bien mélanger. Couvrir et réfrigérer 8 heures ou toute une nuit en remuant 1 ou 2 fois, si possible.

-Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 400 °F (200°C). Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.

-Égoutter les pilons et transvider la marinade dans une petite casserole. Répartir le poulet sur la plaque.

-Cuire le poulet au four 1 heure ou jusqu'à ce qu'il soit bien cuit, en le retournant à mi-cuisson.

-Entre-temps, à feu moyen-élevé, faire réduire la marinade jusqu'à ce qu'elle soit sirupeuse, soit environ 20 minutes. Couvrir et réserver la sauce.

-Dans le même bol nettoyé, déposer le poulet cuit. Ajouter la sauce et bien enrober le poulet.

-Délicieux avec la salade verte et vinaigrette à la papaye.

Publié par **Le coin recettes de Jos**