

POULET INSTANT POT



Ingrédients :

1 poulet
Épices à BBQ "St-Hubert"
1 tasse d'eau

Préparation :

Le poulet compter **6 minutes par livres** à haute pression pour savoir la durée de cuisson

Mettre une tasse d'eau dans le fond de la casserole, ajouter y le poulet et saupoudrez-y les épices de B.B.Q.

Peser sur Manual (tout dépend du modèle de la IP) ou c'est pressure cook à la place (j'ai le modèle Duo 7 en 1) et ensuite pressure level + - pour diminuer ou augmenter la durée de cuisson.

Quand il sonne (Bip bip), tu dois laisser descendre la pression (10 minutes environ) après ça tu peux le sortir.

Sortir le poulet et le placer sur une plaque de cuisson dans le four à broil 10 minutes.