

PILONS DE POULET BON À S'EN LÉCHER LES DOIGTS



1/3 tasse de marmelade à l'orange
1/3 tasse de sauce hoisin
3 c. à soupe de vinaigre de riz
3 c. à soupe de miel
18 pilons de poulet sans la peau

- Préchauffer le four à 400°F. Placer la grille au centre du four.
- Dans un grand sac de congélation hermétique, ajouter tous les ingrédients sauf le poulet.
- Refermer le sac et manipuler le tout avec les doigts pour bien mélanger.
- Ajouter les pilons et manipuler de nouveau le sac pour bien enrober les pilons. Cette étape peut être réalisée à l'avance en conservant le poulet dans le réfrigérateur.
- Transvider les pilons et la marinade dans un grand plat rectangulaire allant au four.
- Cuire au four 45 minutes en retournant les pilons dans la sauce à la mi-cuisson.
- Servir le poulet avec du riz et des rubans de légumes.

Publier par **Le coin recettes de Jos**

(Source: Cuisine futée, parents pressés)