PILONS DE POULET PIQUANT À L'ÉRABLE

Ingrédients :

- 2 c. à soupe (30 ml) de sauce soya
- 2 c. à soupe (30 ml) de ketchup
- 2 c. à soupe (30 ml) de jus de lime
- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile de canola
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 c. à thé (5 ml) de sambal olek
- ½ tasse (125 ml) de sirop d'érable
- Poivre du moulin
- 10 pilons de poulet, la peau enlevée

Préparation :

1. Dans un grand plat pouvant contenir tous les pilons, ou un sac en plastique fermant hermétiquement, mélanger les huit premiers ingrédients. Disposer les pilons et les arroser de la marinade. Laisser mariner quelques heures ou toute une nuit. Arroser les pilons de marinade quelque fois si vous utilisez un plat.
2. Préchauffer le four à 350° F (177° C).
3. Cuire au four pendant 1 :15 heure. Arroser régulièrement de la marinade.

Source : déclinaison d'une recette « Les délices de Maya »

http://lesdelicesdemaya.blogspot.ca/2010/03/pilons-de-poulet-lerable.html

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le jeudi 13 juin 2013

http://lafilledelanseauxcoques.blogspot.ca/2013/06/pilons-de-poulet-piquant-lerable.html