

Cuisses de poulet croustillantes

- La recette parfaite des cuisses de poulet croustillantes au four!



Ingrédients :

- 12-15 cuisses de poulet avec l'os et la peau
- 2 cuillères à soupe de poudre à pâte
- 1 cuillère à soupe de poudre d'ail
- 1 cuillère à soupe d'épices de poulet
- 2 cuillères à thé de sel assaisonné
- 1 cuillère à thé de poivre
- Vaporisateur à huile

Préparation :

1. Préchauffer le four à 250 °F (121 °C).
2. Mettre une feuille de papier parchemin sur une plaque en aluminium et bien huiler avec le vaporisateur. Mettre de côté.
3. Dans un petit bol, combiner la poudre à pâte, la poudre d'ail, les épices à poulet, le sel d'assaisonnement et le poivre. Mettre de côté.
4. Bien laver, égoutter et essuyer les cuisses de poulet avec du papier essuie-tout. Transférer dans un grand sac ziplock ou un bol.
5. Saupoudrer la poudre partout sur les cuisses. Ajuster et secouer.
6. Transférer sur la plaque à cuisson. Faire cuire pour 50 minutes sur la grille du bas.
7. Mettre la température à 425 °F (218 °C), transférer sur la grille du haut et faire cuire pour 45 minutes.
8. Laissez reposer quelques minutes et servir!

“

C'est toujours un beau défi de faire des cuisses de poulet croustillantes sans aller abuser dans le gras... Voici la recette des cuisses de poulet croustillantes et santé!

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)