

Ailes de poulet moutarde et sirop d'érable

- La délicieuse recette d'ailes de poulet moutarde et sirop d'érable!



PRÉPARATION
10 MIN

CUISSON
25 MIN

TEMPS TOTAL
35 MIN

PORTIONS
4-6

Ingrédients :

Ailes :

- 1/2 tasse (125 ml) de sirop d'érable
- 1/4 de tasse (65 ml) de moutarde
- 1 cuillère à thé de poivre de cayenne
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- Quelques gouttes de **sauce Worcestershire**
- 5 lb (2.27 kg) d'ailes de poulet
- Sel et poivre
- Ciboulettes tranchées

Sauce moutarde et érable :

- 1/4 de tasse (65 ml) de **mayonnaise**
- 1/4 de tasse (65 ml) de moutarde
- 1 cuillère à soupe de sauce Red Hot
- 2 cuillères à soupe de sirop d'érable

Préparation :

1. Dans un petit bol, combinez les ingrédients de la trempette. Bien mélanger. Réfrigérer jusqu'à utilisation.
2. Mélangez tous les ingrédients de la sauce à ailes et faites chauffer au micro-ondes.

Au BBQ :

1. Bien vaporiser la grille d'une huile végétale. Préchauffer à feu moyen.
2. Assaisonner les ailes de sel et de poivre.

3. Faites cuire les ailes 10 minutes d'un côté, puis 10 minutes de l'autre.
4. Badigeonner les ailes d'un côté avec la moitié de la sauce. Faites griller pendant un autre 10 minutes.
5. Tourner et badigeonner du restant de la sauce. Faire cuire 5 minutes.
6. Servir avec la trempette.

Au four :

1. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Tapissez une plaque à cuisson d'une feuille de papier d'aluminium. Vaporiser légèrement d'huile.
2. Assaisonner les ailes de sel et de poivre.
3. Faites cuire les ailes 10 minutes d'un côté, puis 10 minutes de l'autre.
4. Badigeonner les ailes d'un côté avec la moitié de la sauce. Faites griller pendant un autre 10 minutes.
5. Tourner et badigeonner du restant de la sauce. Faire cuire 5 minutes.
6. Servir avec la trempette.

“ *Vous voulez manger des vrais de vrais bonnes ailes de poulet? Ceux-ci sont délicieuses et vous pouvez les faire au BBQ (Oui oui) ou au four! Très facile :)*

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