

# Ailes de poulet "Instant Pot" croustillantes

janvier 19, 2018

Je suis tombé sur l'idée que je pouvais faire des ailes de poulet congelées dans ma cocotte-minute (ou Instant Pot) il y a quelque temps. Cuisson de la nourriture congelée, rapide, est juste l'une des nombreuses raisons pour lesquelles j'aime le pot instantané. Si vous m'aimez et que vous vous rendez à 17 heures et que vous vous demandez ce qu'il faut faire pour dîner, vous en avez besoin dans votre vie!



Quoi qu'il en soit, les ailes sont un favori de la famille et jusqu'à récemment, je les cuisinais à partir de décongeler dans le four. Le problème ... la graisse et le jus des ailes coulaient dans le four et fumaient toute ma maison. En outre, ils n'étaient pas aussi croustillants que les ailes de restaurant frit ma famille a soif. Je suis devenu déterminé à trouver un meilleur moyen, en plus d'acheter une friteuse.

Après mûre réflexion, j'ai décidé de faire d'abord cuire les ailes complètement dans le pot instantané, puis de les finir dans le four pour obtenir un croustillant. La clé est que le poulet soit entièrement cuit en premier, ce qui permet au jus et à la graisse de rester dans la casserole et de ne pas s'égoutter dans mon four. L'étape supplémentaire est de mettre les ailes sur une grille et placez la grille sur le dessus d'une plaque à biscuits avec un bord (vous savez le genre qui a un bord surélevé d'environ 1 pouce de haut). C'était brillant! Ceux-ci se sont révélés si bien et ma famille était ravie et a même demandé si elles étaient profondément ami ☺ ☺



J'ai posté une vidéo sur mon canal You Tube de l'ensemble du processus, si vous préférez vous regarder <https://www.youtube.com/watch?v=xLkGzqC8tPM>

# Ailes de poulet "Instant Pot" croustillantes

## Ingrédients

Pour 6 personnes

- Deux sacs d'ailes de poulet congelées de 48 oz
- 2 cuillères à soupe d'huile de coco (peut aussi utiliser de l'avocat ou de l'olive)
- 2 tsps frotter à sec
- 1/2 tasse d'eau

→ **Sauce à votre choix pour les ailes de poulet**

## Instructions:

- 1) Placez des ailes gelées à l'intérieur du Instant Pot, de l'eau sur le dessus
- 2) Sceller le Instant Pot et cuire au réglage Poulet / viande ou à pression moyenne pendant 20 minutes
- 3) Préchauffer le four à 450°F
- 4) Laisser la pression se relâcher naturellement
- 5) Transférer les ailes sur une grille et placer la grille sur une plaque à biscuits (*cela permettra à tous les jus ou graisses de s'écouler des ailes et les aidera à devenir croustillants car ils ne sont pas directement dans leur propre jus*)
- 6) Cuire au four pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que vous ayez des ailes croustillantes à votre goût!
- 7) Mélanger immédiatement avec la sauce et déguster!

Je préfère les ailes Buffalo, mais vous pouvez utiliser n'importe quelle sauce que vous aimez. J'ai aussi fait une version asiatique, barbecue ou aigre-douce, devenez créatif.

Oh, et #skolvikings !!!

**Anglais vers français avec Google traducteur**

**Source :** <http://www.fitphilosophi.com/crispy-instant-pot-chicken-wings/>