

Poulet carnitas

2 livres de poitrines de poulet (ou cuisses) sans os et sans peau • 1 cuillère à soupe de cumin moulu

- 1/2 cuillère à thé CHAQUE poudre de chili ET origan séché
- sel et poivre
- le zeste et le jus de 1 orange (environ 1/4 tasse) • 1/4 tasse de jus de citron vert
- 1/4 tasse de bouillon de poulet
- 5 gousses d'ail pressées ou hachées
- 1 oignon jaune en quartiers
- 1-2 poivrons chipotle + 1-2 cuillères à soupe de sauce adobo • 1 feuille de laurier
- 1/2 bouquet de coriandre (tiges incluses)
- 2 cuillères à soupe d'huile + plus

POUR LA SAUCE À LA CHIPOTLE:

- 1/2 tasse de mayo
- 1 cuillère à soupe de lait
- 1-2 poivrons chipotle + 1 cuillère à soupe de sauce adobo • pincée de sel et de poudre d'ail

SERVIR:

- tortillas, oignons en dés, coriandre hachée, chou sauté, quartiers de lime, et tout ce que vous aimez!

DIRECTIONS:

POUR LE POULET:

1. Combinez le cumin, la poudre de chili, l'origan, le sel et le poivre dans un bol. Saupoudrer les saisons sur les poitrines de poulet des deux côtés.
2. Chauffez le Instant Pot sur le réglage de sauté. Ajouter un petit filet d'huile et saisir les poitrines de poulet des deux côtés pendant une minute de chaque côté. Faites-le par lots, de sorte que le poulet se mette à cuire à la vapeur. Retirez le poulet dans une assiette. Ajoutez les oignons et l'ail pressé, laissez cuire 2 minutes en les retournant au besoin pour bien faire dorer tous les côtés.
3. Remettez le poulet dans l'autocuiseur avec le zeste d'orange, le jus d'orange, le jus de citron vert, le bouillon de poulet, le piment chipotle (s) entier (s), la sauce adobo, le laurier et la coriandre. Couvrez le pot instantané et laissez cuire à la pression sur le réglage 'poulet' pendant 8 à 10 minutes en fonction de la taille de la poitrine. Préparez la sauce chipotle en attendant que le poulet soit cuit. Laissez la pression se relâcher naturellement ou tournez-vous sur le réglage «évent». Laissez-le s'aérer complètement avant de retirer le couvercle.
4. Placez une grille au centre du four et préchauffez le four au réglage «gril». Retirez la poitrine de poulet sur une surface propre et déchiquetez-la à l'aide de 2 fourchettes. Placez dans un grand bol et versez 1/4 tasse de liquide de cuisson sur le poulet râpé et remuez pour bien enrober. Arroser d'une cuillère à soupe d'huile sur la surface d'une plaque à pâtisserie. Ajouter le poulet et y verser la deuxième cuillère à soupe d'huile. Remuer pour bien enrober.
5. Faire griller le poulet pendant 10 à 12 minutes, en l'arrêtant à mi-chemin pour le mélanger et verser 1 à 2 cuillères à soupe de liquide de cuisson. Faites pivoter la casserole pour obtenir un gril uniforme.

POUR LA SAUCE À LA CHIPOTLE:

1. Pendant que le poulet cuit sous pression, ajoutez les ingrédients de la sauce dans un mélangeur et mélangez jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse.

REMARQUES:

1. Les restes de piment chipotle / sauce adobo peuvent être conservés dans un sac à fermeture à glissière au congélateur!

Recette Permalink: <http://littlespicejar.com/crispy-chicken-carnitas/>