



Poulet entier rôti

1 poulet entier, le mien était de 4,4 lb
1 ½ tasse d'eau ou de bouillon de poulet
1 1/2 c. à soupe d'huile d'olive
1/4 c. à thé de paprika
1/2 c. à thé d'assaisonnement italien
1/2 c. à thé de flocons de céleri
1 c. à thé d'ail haché
1/2 cuillère à café de sel
1/4 c. à thé de poivre noir
1/2 citron coupé en quatre
3 gousses d'ail

Instructions

Retirez les abats de la cavité du poulet. Éponger le poulet avec du papier essuie-tout. Dans un petit bol, mélanger les assaisonnements avec l'huile d'olive. Frottez l'assaisonnement sur tout le poulet, vous pouvez en insérer une partie sous la peau, près de la cavité. Placer les quartiers de citron et les gousses d'ail dans la cavité du poulet.

Ajouter 1 1/2 tasse d'eau à l'instant Pot. Placez le sous-plat (trivet) à l'intérieur. Placez le poulet assaisonné sur le sous plat. Fermer le couvercle. Mettez la valve en position "sealing". Utiliser la fonction manual/pressure cook, haute pression et régler la minuterie à 35 minutes (8 minutes par livre). Il faudra environ 10 minutes pour que la marmite instantanée atteigne la pression. Une fois que la minuterie émet un bip et que la cuisson est terminée, appuyez sur "cancel/off"

et NE PAS mettre la soupape en position de ventilation. Laissez la pression se relâcher naturellement pour assurer un poulet juteux.

Lorsque la goupille tombe, ouvrez soigneusement le couvercle. Retirez le poulet sur une plaque de cuisson si vous voulez faire griller la peau ou sur une assiette de service. Laissez reposer pendant 10 minutes avant de le trancher.

Notes sur la recette

Préparer la sauce avec le liquide restant dans l'IP, si désiré. Mélanger deux cuillères à soupe de fécule de maïs avec 3 cuillères à soupe d'eau. Faites mijoter avec le liquide dans l'IP.

<https://www.crunchycreamysweet.com/instant-pot-whole-chicken/>