



Poulet rôti

1 poulet entier pesant environ 4,4 lb
1,5 tasse d'eau ou de bouillon de poulet
1/2 citron coupé en quartiers
3 gousses d'ail

Assaisonnements;

1,5 cuillère 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 en flocons
1 cuillère à thé d'ail émincé
1/2 cuillère à thé de sel
1/4 c. à thé de poivre noir

Mode d'emploi

Retirer 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. Frotter 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 1,5 tasse d'eau à Instant Pot. Placer le dessous de plat (trivet) à l'intérieur. Déposer le poulet assaisonné dans le Instant Pot. Fermez le couvercle, assurez-vous que l'IP est réglé pour cuire à HAUTE pression. Mettre la vanne en position "sealing". Réglez la minuterie sur 36 minutes (8 minutes par livre !). Cela prendra environ 10 minutes pour que le Pot se mette sous pression. Une fois que la minuterie émet un bip et que la cuisson est terminée, appuyez sur "annuler/arrêter" et NE PAS mettre la soupape en mode ventilation. Laissez la pression se relâcher naturellement pour assurer un poulet juteux.

Lorsque la goupille de pression est tombée, ouvrez doucement le couvercle à l'écart de votre visage. Retirer le poulet sur une plaque à pâtisserie si vous voulez faire griller la peau ou sur une assiette de service. Laisser reposer 10 minutes avant de trancher.

Notes sur les recettes

Préparer la sauce avec le reste du liquide pendant l'IP, si désiré. Mélanger deux cuillères à soupe de fécule de maïs avec 3 cuillères à soupe d'eau. Laisser mijoter avec le liquide pendant la période d'affinage.

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