



Tacos au poulet et à la salsa

Temps de préparation : 5 minutes
Pression : Haute pression
Temps : 7 minutes
Relâchement de la pression :
Rapide:

2 lb (900 g) de poitrines de poulet
désossées et sans peau
1 cuillère à thé de cumin moulu
½ cuillère à thé de poudre de chili
½ cuillère à thé de poudre d'ail
½ cuillère à thé de poudre
d'oignon
¼ cuillère à thé de flocons de
poivron rouge
¼ cuillère à thé d'origan séché
¼ cuillère à thé de paprika fumé
Sel et poivre
1 tasse de salsa à la tomate

Enrober le poulet avec toutes les épices. Verser la salsa sur le poulet et cuire 7 m à MANUAL /PRESSURE COOK. Dépressuriser rapidement. Déchiqueter le poulet et servir dans des tacos si désiré.

Note la traductrice : il ne semble pas y avoir assez de liquide pour faire monter la pression. Je vous conseille donc de mettre de l'eau dans le fond du et vos ingrédients dans un plat sur le support.

Traduit de : instant pot 101.