

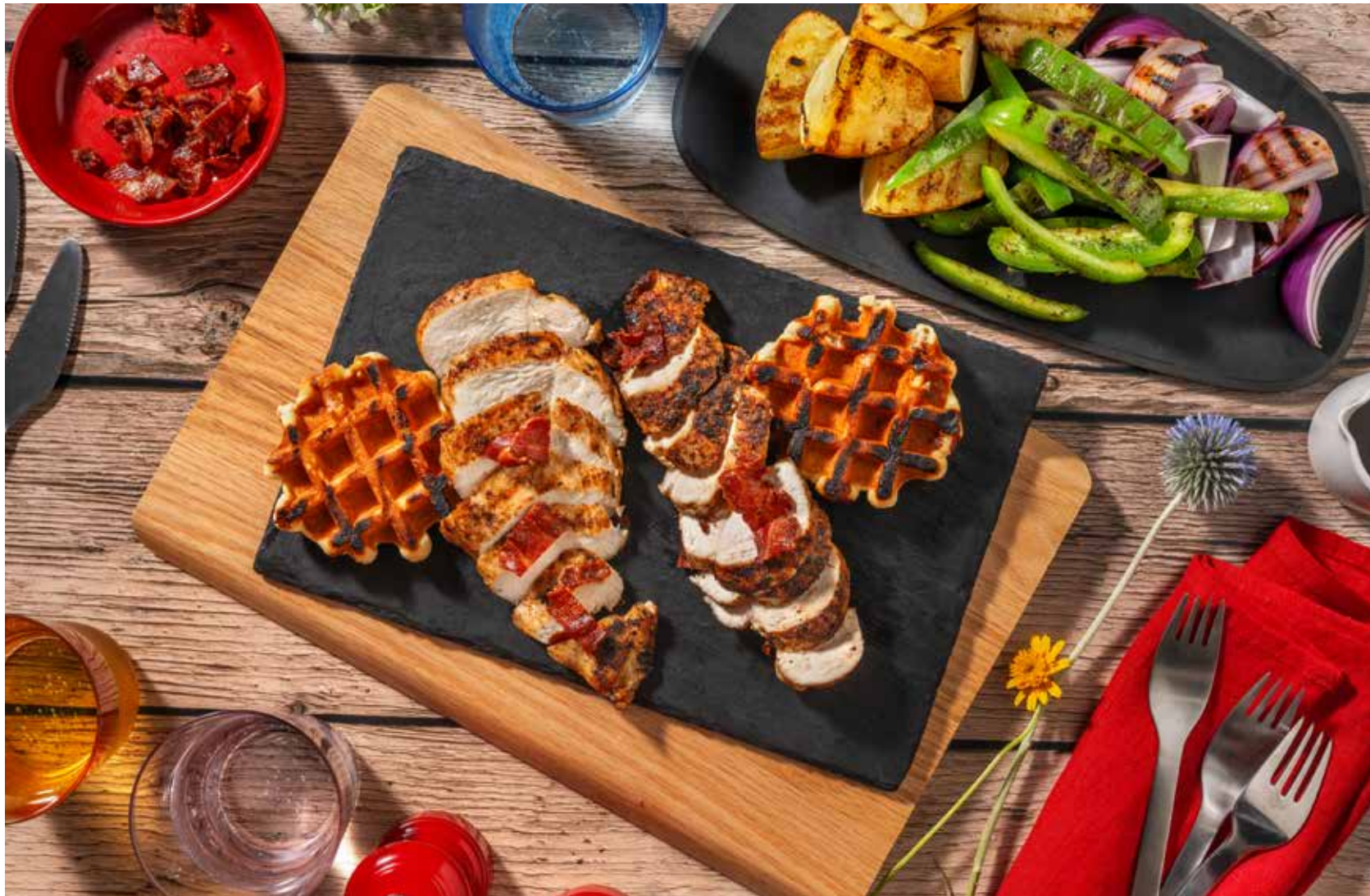


Poulet grillé aux épices BBQ et gaufres avec bacon émietté, légumes et sirop d'érable

Barbecue du dimanche

Épicée

30 minutes



Poitrines de poulet
2 | 4



Gaufres à l'érable
2 | 4



Assaisonnement BBQ
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



Sirop d'érable
4 c. à soupe |
8 c. à soupe



Sauce piquante
2 c. à soupe |
2 c. à soupe



Pomme de terre à
chair jaune
400 g | 800 g



Oignon rouge
1 | 2



Poivron vert
1 | 2



Sel d'ail
¾ c. à thé |
1 ½ c. à thé



Tranches de
bacon
100 g | 200 g

Allergènes Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Cuire le bacon et préparer les légumes

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à environ 260 °C (500 °F) à feu moyen-élevé.

- Disposer les **tranches de bacon** en une seule couche sur une plaque à cuisson. Rôtir au **centre** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et entièrement cuit**.
- Transférer dans une assiette recouverte d'essuie-tout.
- Entre-temps, couper les **pommes de terre** en quartiers.
- Couper le **poivron** en quatre, puis l'évider.
- Peler, puis couper l'**oignon** en deux, en gardant la racine intacte.

2



Préparer

- Sur une plaque à cuisson, badigeonner les **pommes de terre**, les **poivrons** et les **oignons** de ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**, puis saupoudrer de la moitié de l'**assaisonnement BBQ**. Assaisonner de ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sel d'ail** et **poivrer**. Réserver.
- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Dans un bol moyen, ajouter le **poulet**, le **reste de l'assaisonnement BBQ** et 1 c. à thé (2 c. à thé) d'**huile**. Assaisonner de ½ c. à thé (1 c. à thé) de **sel d'ail** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



Griller les légumes et le poulet

- Disposer les **légumes** sur une moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 9 à 12 min, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement crouquants.
- Entre-temps, disposer le **poulet** sur l'autre moitié de la grille. Griller de 6 à 8 min par côté, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.
- Transférer le **poulet** la plaque à cuisson, puis couvrir pour garder chaud.
- Remettre les **légumes** sur la plaque.

4



Griller les gaufres

- Lorsque le **poulet** sera presque cuit, ajouter les **gaufres** sur l'autre moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et cuire de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **gaufres** soient grillées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer sur la plaque à cuisson contenant les **légumes** et le **poulet**. Couvrir pour garder chaud.

5



Assaisonner les gaufres et les légumes

- Badigeonner les **gaufres** de 2 c. à soupe (4 c. à soupe) de **beurre**.
- Enlever la **racine** et la couche extérieure de l'**oignon**, puis couper les **oignons** et les **poivrons** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Émietter ou couper le **bacon** en morceaux de 1,25 cm (½ po).

6



Terminer et servir

- Trancher le **poulet**.
- Répartir les **légumes** et les **gaufres** dans les assiettes.
- Garnir les **gaufres de poulet**, puis parsemer de **bacon**.
- Arroser d'un **filet de sirop d'érable**, puis d'un **peu de sauce piquante**, si désiré.

* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

** Cuire le bacon et le poulet jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.