

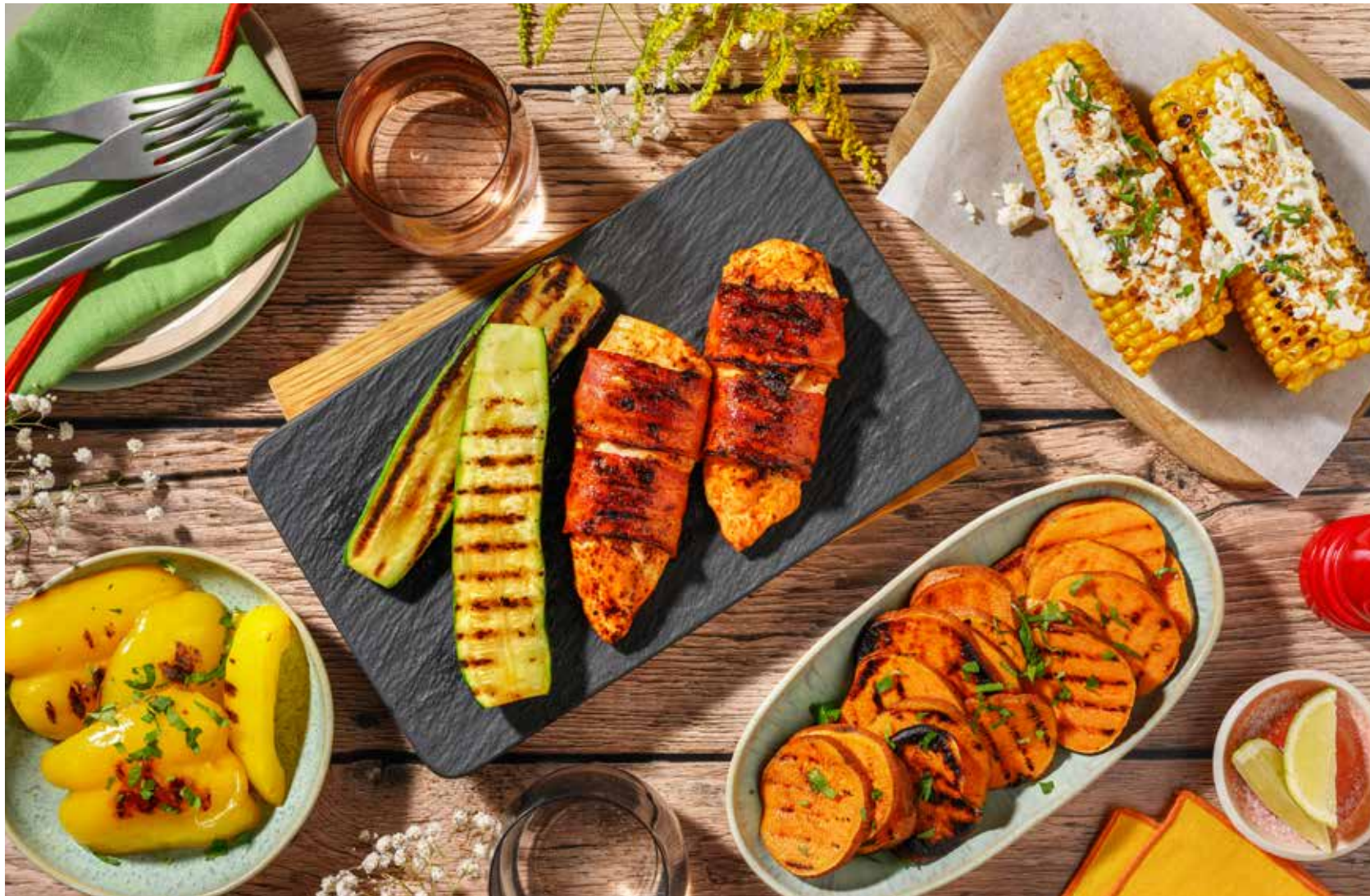


Poulet grillé enveloppé de bacon à l'érable et au chipotle avec maïs façon « elotes » et légumes grillés

Barbecue du dimanche

Épicée

25 minutes



Poitrines de poulet
2 | 4



Tranches de bacon
100 g | 200 g



Épi de maïs
2 | 4



Courgette
1 | 2



Mayonnaise
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Lime
1 | 2



Poudre de chipotle
1 c. à thé |
2 c. à thé



Sirup d'érable
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Coriandre
7 g | 14 g



Feta, émietté
¼ tasse |
½ tasse



Poivron
1 | 2



Patate douce
2 | 4

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



Préparer les légumes et la mayo à la lime

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

- Couper la **courgette** en deux. Couper le **poivron** en quatre, puis évider. Éplucher le **maïs**.
- Couper les **patates douces** en rondelles de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement la **coriandre**.
- Zester, puis couper la **lime** en quartiers.
- Dans un petit bol, ajouter le **zeste de lime** et la **mayonnaise**. Bien mélanger, puis réserver.

4



Griller les légumes

- Disposer le **maïs** sur une moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 8 à 10 min, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce que le **maïs** soit tendre et marqué.
- Ajouter les **poivrons** et les **courgettes** sur l'autre moitié de la grille. Refermer le couvercle et griller de 9 à 12 min, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Transférer les **légumes** sur une plaque à cuisson propre. Couvrir pour garder chaud.

2



Préparer la sauce chipotle-érable

- Dans un grand bol, ajouter les **patates douces**, le **maïs**, les **courgettes** et les **poivrons**. Arroser de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis **saler** et **poivrer**. Bien mélanger, puis réserver.
- Dans un petit bol, ajouter le **sirop d'érable** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **poudre de chipotle**. Bien mélanger.

5



Griller le poulet

- Disposer le **poulet** sur une moitié de la grille du barbecue. Réduire à feu moyen. Refermer le couvercle et griller de 6 à 8 min par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.
- Ajouter les **patates douces** sur l'autre moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 14 à 16 min, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et marquées.
- Badigeonner le **poulet** de **sauce chipotle-érable**. Retourner, puis badigeonner l'autre côté de **sauce**. Griller pendant 30 s, jusqu'à ce que la **sauce caramélise**. Retourner et griller encore 30 s. (**REMARQUE** : Répéter les étapes, en ajoutant plus de sauce, si désiré.)
- Transférer sur la plaque à cuisson contenant les **légumes**. Couvrir pour garder chaud.

3



Préparer le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**.
- Badigeonner le **poulet** de la **moitié** de la **mayo à la lime**, puis enrouler **2 tranches de bacon** autour de **chaque morceau de poulet**. (**CONSEIL** : Superposer 2,5 cm [1 po] d'une tranche de bacon sur l'autre les gardera en place pendant la cuisson.)
- Déposer le **poulet** sur une plaque à cuisson, puis réserver.

6



Terminer et servir

- Étendre le **reste** de la **mayo à la lime** sur le **maïs**. Saupoudrer d'une **pincée** de **poudre de chipotle**, si désiré.
- Garnir le **maïs** de **feta** et de la **moitié** de la **coriandre**.
- Trancher les **courgettes** et les **poivrons**.
- Répartir le **poulet** enrobé de **bacon**, les **légumes** et le **maïs** dans les assiettes.
- Parsemer du **reste** de la **coriandre**.

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