

Brochettes de poulet sucré et d'ananas avec salade de pommes de terre

Grillade

30 Minutes



Filets de poulet



Ananas, en bâtonnets



Brochettes en bois



Poivron



Pommes de terre
Russet



Oignons verts



Mayonnaise



Assaisonnement BBQ



Moutarde à
l'ancienne



Sauce BBQ

BONJOUR POIVRONS COLORÉS

Les poivrons colorés sont des poivrons verts qui ont mûri sur la vigne!

D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Faire tremper les brochettes dans l'eau pendant 5 minutes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Bol moyen, épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, grande casserole, essuie-tout

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Filets de poulet *	340 g	680 g
Ananas, en bâtonnets	95 g	190 g
Brochettes en bois	6	12
Poivron	160 g	320 g
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Oignons verts	2	2
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement BBQ	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce BBQ	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

♦ 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 minutes après l'ouverture de l'emballage.

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.



Faire cuire les pommes de terre

Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** d'**assez** d'**eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'eau bouillira, baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**.



Assembler les brochettes et les faire griller

Enfiler les **poivrons**, les **ananas** et le **poulet** sur les **brochettes**, en les alternant. Disposer les **brochettes** sur le gril. Baisser à feu moyen, refermer le couvercle et faire griller les **brochettes** de 3 à 4 minutes par côté, en les retournant souvent, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.



Faire mariner le poulet

Pendant que les **potatoes** cuisent, sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le couper en morceaux de 2,5 cm (2 po). Dans un bol moyen, ajouter le **poulet**, l'**assaisonnement BBQ** et **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler**, puis bien mélanger.



Préparer la salade de pommes de terre

Lorsque les **potatoes** de terre sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole hors du feu. Ajouter la **moutarde**, la **mayonnaise** et la **moitié** des **oignons verts**. **Poivrer**, puis mélanger doucement.



Préparer

Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 2,5 cm (1 po). Couper les **bâtonnets d'ananas** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Émincer les **oignons verts**.



Terminer et servir

Répartir les **brochettes** et la **salade de pommes de terre** dans les assiettes. Parsemer du **reste** des **oignons verts**. Servir avec la **sauce BBQ** comme trempette.

Le repas est prêt!