



Plaque de poulet et dattes et olives

INGRÉDIENTS

Marinade

- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 3 c. à soupe de miel
- 2 c. à soupe de sauce piquante sriracha
- 1 c. à soupe de poudre d'ail
- 1 c. à soupe de graines de fenouil broyées
- 1 1/2 c. à thé de sel

Plaque de poulet

- 4 tasses de patates douces avec la pelure coupées en dés (environ 2 patates douces)
- 12 hauts de cuisses de poulet avec ou sans la peau OU 3 cuisses le haut et le pilon séparé
- 1 bulbe de fenouil, en 8 ou 12 quartiers
- 16 grosses olives vertes ou noires entières dénoyautées
- 1 petit oignon, haché finement
- Poivre, au goût
- 8 dattes Medjool dénoyautées, coupées en quatre



PRÉPARATION

Préchauffer le four à 425 °F et placer la grille au centre. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.

Dans un grand bol, à l'aide d'un fouet, mélanger tous les ingrédients de la marinade.

Dans le bol de la marinade, déposer les patates douces, le poulet, les quartiers de fenouil, les olives et l'oignon. Mélanger et masser les ingrédients afin de bien répartir la marinade.

Répartir les légumes en une couche uniforme sur la plaque et déposer les hauts de cuisses sur les légumes. Poivrer. Cuire au four 25 minutes. Arroser le poulet du jus de cuisson et ajouter les dattes. Poursuivre la cuisson 10 minutes. Terminer la cuisson à broil 3 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit bien doré.

Garnir de basilic et de zeste de citron. Servir accompagné de riz.

P.S. Cette recette provient du site internet kpourkatrine.com

Plat principal

Catégorie

Volaille

Sous-catégorie

24/09/2026/

Date

4

Portions

00:25

Préparation

00:38

Cuisson