



Poulet A La Sauce Au Four

Fırında Soslu Tavuk



1 poulet
3 pommes de terre
Pour la sauce :
4 cuillères à soupe d'huile végétale
1 cuillère à soupe de vinaigre
1 cuillère à soupe de sauce de soja
1 oignon
2 gousses d'ail
½ cuillère à café de flocons de piment rouge
½ cuillère à café de cumin
½ cuillère à café de poivre noir
1 cuillère à café de sel

- # Séparez le poulet en quelques morceaux puis prenez la peau.
- # Mettez dans un bol creux, des oignons râpés, des ails battues, du vinaigre, de la sauce soja, de l'huile, du poivron noir, du flocon de piment rouge, du cumin et du sel.
- # Mélangez les morceaux de poulet avec la sauce. Laissez attendre au réfrigérateur pendant 1 heure.
- # Épluchez les pommes de terre puis coupez à une épaisseur d'½ cm. En rond.
- # A la fin du temps, rajoutez les pommes de terre dans les poulets. Mélangez puis prenez dans plat de cuisson.
- # Laissez cuire au four préchauffé à 190 degrés pendant 40-45 minutes.
- # Ramenez chaud à table.

N-B; Si vous avez du temps, vous pouvez faire attendre le poulet dans la sauce pendant une nuit.