

POULET À LA SAUCE PIMENTÉE

MARINADE

1 CS de moutarde douce

½ citron bio,
le zeste râpé

¼ CC de poivre

2 gousses d'ail

3 CS de vin blanc

8 cuisses de poulet

Mélanger tous les ingrédients et en badigeonner le poulet, puis laisser mariner 3 heures à couvert au réfrigérateur.

POULET

Dans une poêle, faire revenir les cuisses de poulet des deux côtés dans un peu de beurre, puis les placer dans le plat à gratin.

SAUCE

2 oignons botte

1 gousse d'ail

½ CS de gingembre

1 piment rouge

épépiné, haché finement.
Faire revenir le tout env. 5 min

500 g de tomates cerises

200 g de crème fraîche

1 CS de vin blanc

2 CS de ketchup

1 CC de sel

Un peu de poivre

Ajouter, laisser mijoter env. 15 min et verser sur les cuisses de poulet dans le plat.

Faire cuire le poulet env. 30 min à mi-hauteur du four préchauffé à 200°C.

