

Poitrine de poulet *Piri-piri*



Décongélation: Placer la poitrine de poulet sous vide dans l'eau froide de 20 à 30 min. jusqu'à décongélation complète. Éviter l'eau chaude ou tiède, très mauvais pour la prolifération des bactéries. La décongélation peut aussi être fait au réfrigérateur une journée avant.

Tempérer: tempérer sur le comptoir afin d'obtenir une belle cuisson.

Méthode de cuisson: Préchauffer le four à 325°F
Mettre la poitrine marinée dans une assiette d'aluminium ou un plat allant au four avec le surplus de marinade. Cuire de 18-22 min. selon l'épaisseur.

Quand le poulet est blanc à l'intérieur, c'est prêt !



Ingrédients: Huile végétal, jus de citron, piment (Piri-piri), ail, fines herbes, épices, sel.

POUR INFORMATION : (819) 432-0808