



Pilons de poule avec rub oriental



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

8 cuisses de poulet
huile de tournesol
1 poignée de coriandre
2 jeunes oignons (en rondelles)
4 cuillères à soupe de sauce chili

Pour le rub :

2 cuillères à soupe de graines de sésame
2 cuillères à soupe de gingembre en poudre
2 cuillerées à thé de coriandre en poudre
1 cuillerée à thé de curry en poudre
1 1/2 cuillères à soupe de cassonade blonde
1 cuillerée à thé poivre
1 cuillerée à thé de sel

Méthode de préparation

- 1.** Pour le rub, faites légèrement griller les graines de sésame dans une poêle sèche jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Retirez-les immédiatement de la poêle et laissez refroidir. Mélangez avec les autres ingrédients.
- 2.** Séchez soigneusement les pilons de poulet avec du papier absorbant et badigeonnez-les d'huile de tournesol. Assaisonnez avec le rub.



- 3.** Déposez les pilons sur la grille chaude. Fermez le couvercle et laissez cuire environ 45 minutes. Retournez-les de temps en temps pendant la cuisson.
- 4.** Avant de servir, parsemez de coriandre et de jeunes oignons. Servez en apéritif ou en entrée, avec la sauce chili.