

Chicken wings

- **Difficulté :** Facile

- **Préparation :** 10 min / **Repos :** 2 h /
Cuisson : 1 h

- **Cuisson au four**

Ingrédients pour 2 personnes :

- 16 ailes de poulet
- 2 cuil à soupe de miel
- 2 cuil à soupe de ketchup
- 2 cuil à soupe de sauce soja
- 2 cuil à soupe d'huile d'olive

Préparation :

Mettre les ailes de poulet dans un grand plat allant au four.

Dans un bol, mélanger le miel, le ketchup, la sauce soja et l'huile d'olive.

Verser sur les ailes, bien mélanger avec les mains et laissez mariner 2 heures au frais. (Vous pouvez les faire mariner la veille, plus c'est mariné meilleur ce sera).

Si vous avez préparé vos ailes la veille, sortez le plat le lendemain matin afin que la marinade soit à température ambiante.

Préchauffez le four à 180°C (Th.6).

Enfournez pendant 1 heure en les retournant régulièrement, si besoin en cours de cuisson, mettre un petit fond d'eau dans le plat.

Servez chaud avec la sauce.

Bon appétit à toutes & tous !!

Recettes de Celine