

Ailes de poulet au miel

Difficulté : Facile

Préparation : 15 min / **Repos :** 1 nuit

Cuisson : 20 min

Ingrédients pour 2 personnes :

- ✓ 12 ailes de poulet entières
- ✓ 6 cuil à soupe d'huile d'olive
- ✓ 3 cuil à soupe de miel
- ✓ 2 cuil à soupe de miel
(pour les badigeonner à la fin)
- ✓ 1 citron
- ✓ 1 gousse d'ail
- ✓ Sel et poivre

Préparation : *Recettes de Caline*

Nettoyez les ailes de poulet.

Pour ce faire, il faut enlever les éventuelles plumes en tirant avec une pince. Si elles sont vraiment petites, on peut les faire partir en les brûlant légèrement avec la flamme de la gazinière ou avec un chalumeau de cuisine.

Séparez les ailes de poulet en trois parties (le petit pilon, le centre et le bout des ailes), pour cela, on coupe entre les articulations.

Jeter les bouts pointus.

Salez, poivrez les ailes.

Épluchez les gousses d'ail, les fendre en deux et enlever leur germe.
Écraser-les dans un mortier ou avec un presse-ail.

Dans un saladier, mélangez l'huile d'olive, le miel, l'ail écrasé et un peu de jus de citron.

Bien mélanger.

Incorporez les ailes et bien les couvrir avec la marinade.

Laissez reposer à couvert dans le réfrigérateur au moins 2 h voir 1 nuit.

Préchauffer le four à 180°C (Th.6)

Placez les ailes de poulet marinées dans un plat allant au four.
Réserver la marinade restante, arrosez-les du reste de miel.

Enfourner les ailes à mi-hauteur environ 20 min.

Badigeonnez avec la marinade restante à plusieurs reprises
et les retourner à la moitié de la cuisson.

Recettes de Celine

Retournez-les badigeonnez l'autre face et continuez la cuisson
jusqu'à ce que la peau soit dorée selon votre goût.

Accompagnez de frites et d'une bonne salade

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!