



POULET ROTI AU SAFRAN, AUX NOISETTES ET AU MIEL (4 personnes) Conseillée par Pauline

Ce plat est facile à préparer et surprend à chaque fois, avec ses saveurs délicates mêlées aux saveurs exotiques : eau de rose, safran et cannelle.

1 grosse pincée de stigmates de safran

1 gros poulet bio ou fermier coupé en morceau

2 oignons émincés grossièrement

4 c. à soupe d'huile d'olive

1 c. à café de gingembre en poudre

1 c. à café de cannelle en poudre

Le jus d'un citron

4 c. à soupe d'eau froide

2 c. à café de gros sel de mer

1 c. à café de poivre noir

100g de noisettes sans peau

70g de miel

2 c. à soupe d'eau de rose

2 oignons nouveaux émincés grossièrement

Dans un saladier, mélanger les morceaux de poulet avec les oignons, l'huile d'olive, le gingembre, la cannelle, le safran, le jus de citron, l'eau, le sel et le poivre. Laisser mariner au minimum 1 heure au réfrigérateur (ou toute la nuit pour plus de goût !).

Préchauffer le four à 190°C (th. 6-7). Répartir les noisettes sur une plaque de cuisson et les faire griller 10 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Les concasser grossièrement et les réserver.

Transférer le poulet et la marinade dans un plat de cuisson suffisamment grand pour contenir tous les ingrédients, en disposant les morceaux de poulet côté peau vers le haut. Enfourner pour 35 minutes environ.

Pendant que le poulet est en train de rôtir, mélanger le miel, l'eau de rose et les noisettes pour obtenir une pâte épaisse. Sortir le poulet du four, étaler 1 bonne cuillère de pâte de noisette sur chaque morceau pour bien le recouvrir. Remettre au four pour 5 à 10 minutes, jusqu'à ce que le poulet soit cuit et que la pâte de noisette soit bien dorée.

Présenter décoré de rondelles d'oignons, avec du riz ou de la graine de couscous.

Source : Ottolenghi le cookbook (un livre plein de recette parfumées !)