Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Chich Taouk (brochette de poulet mariné)

Ingrédients

400g de blancs de poulet, 2 citrons, 4 gousses d'ail , 3 càs d'huile d'olive, 1 càc de thym, 1 càc de piment, 1 càc de cumin, 1 càc de cannelle, 1 càc de sumac, 1 dose de safran, Sel, ,

Préparation

Préchauffer le four à 180°C
Couper le poulet en dés et le faire mariner dans le mélange d'huile, de citron et d'épices.
Enfiler les morceaux sur des brochettes et les faire griller 15 min au grill.
Vous pouvez aussi saisir les brochettes deux minutes de chaque côté et les faire ensuite cuire au four en deux fois 6 minutes, espacées de 6 minutes de repos.
Servir avec une salade de saison type tabbouleh.

Notes :