Poulet m'hammer, doré au four, sauce aux oignons

Un poulet d'abord mijoté dans une sauce à l'oignon, au safran et au cumin, puis doré au four. La sauce réduite se sert à part.

4 personnes	15 min préparation	55 min cuisson	70 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 1 poulet découpé en 8 morceaux
- 3 oignons
- 3 gousse d'ail
- 40 g de beurre
- 1 c. à café de gingembre
- 1 c. à café de cumin
- 1 c. à café de paprika
- 1 pincée de safran
- 1 c. à café de sel
- 250 ml d'eau
- 1 brin de persil

Préparation

1. Mettre les oignons et l'ail dans le bol, puis hacher.
   5 sec / vitesse 5
2. Ajouter le beurre et les épices, puis faire revenir.
   4 min / 100°C / vitesse 1
3. Ajouter le poulet, le sel et l'eau, puis cuire à couvert.
   30 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
4. Disposer le poulet dans un plat et le dorer 15 minutes sous le gril du four.
5. Pendant ce temps, réduire la sauce dans le bol sans le gobelet.
   8 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
6. Napper le poulet de sauce aux oignons et parsemer de persil.

Le conseil de Tiha
Retourne le poulet à mi-gril pour que toute la peau soit dorée.

Conservation : 3 jours au réfrigérateur.