



Le meilleur poulet rôti à la salsa verde et coleslaw



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

- 2 l d'eau (froide)
- 2 cuillères à soupe fleur de sel (ou de gros sel)
- 2 cuillères à soupe de sucre brun
- 1 1/2 kilogrammes de cuisse de poulet (et de pilons de poulet - avec la peau)

Voor de salsa verde

- 250 grammes de mélange d'herbes potagères (p. ex. menthe, estragon, persil, coriandre...)
- 2 gousses d'ail
- 1 filet d'anchois
- 1 cuillerée à thé de câpres
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1/2 citron (sap)
- sel et poivre

Voor de coleslaw

- 1 chou pointu
- 2 carottes
- 1 oignon rouge (émincé)
- 2 tasses de lait battu
- 4 cuillères à soupe mayonnaise
- 1 poignée de raisins
- 1/2 citron (sap)
- sel et poivre
- 1 bouquet de menthe fraîche (hachée)

Méthode de préparation



- 1.** Dans un grand bol avec couvercle (ou dans un grand sac de congélation en plastique), mélangez l'eau, le sel et le sucre. Ajoutez les morceaux de poulet et fermez. Réservez au frigo pendant 1 à 6 heures.
- 2.** Entre-temps, préparez la salsa verde : mixez tous les ingrédients au mixeur plongeur ou au robot ménager. Réservez.
- 3.** Préparez également la coleslaw : râpez ou coupez le chou pointu et les carottes aussi finement que possible. Mélangez-les avec le reste des ingrédients et réservez.
- 4.** Sortez les morceaux de poulet du liquide et séchez-les bien avec du papier absorbant. Faites chauffer une poêle à griller à blanc. Enduisez-la d'une fine couche d'huile d'olive. Laissez griller les morceaux de poulet et couvrez éventuellement la poêle. Après quelques minutes, retournez la viande et poursuivez la cuisson pendant au moins 20 minutes. Utilisez un thermomètre à cœur pour vérifier si la viande est cuite. Vous pouvez aussi utiliser un bâtonnet en bois : piquez le poulet et si le jus qui sort de la viande est clair, le poulet est cuit.
- 5.** Accompagnez le poulet de salsa verde et de coleslaw.