

Poulet yassa aux agrumes façon Marie

Ingrédients pour 6	pour 20 personnes
6 cuisses de poulet (Cuisses de poulet sans peau) ;on peut séparer pilons et avant-cuisses)- Calculer le nombre selon grosseur.	20
8 oignons	25 selon grosseur (6 kg pour 150 personnes)
8 Citrons verts ou pulcho bio citron vert	27
3 CS Moutarde forte	1 gros pot (20CS)
2 Citrons confits	10
Oranges sanguines ou oranges	10
5 CS miel	1 pot de 250g
2 gousses Ail (ail fumé)	8
2 cubes Bouillon de volaille bio	8
6 CS Huile arachide ou tournesol	20 CS
Eau, jus d'oranges en bouteille	
Epices (paprika, piment espelette, curcuma ;cumin, coriandre, tandori, épices pour poulet ;(1 CS de chaque)	doser
Carottes, Chou blanc	$\frac{1}{2}$ carotte par personne
Vinaigre cidre	1 bouteille
laurier	
Gingembre frais	
1 CS Baies rouges écrasées	
Pulcho agrumes	1 bouteille
Couscous aux épices du monde Tipiak	70 g par personne (1k500 a 2kg)

1) **MARINADE**: (à faire la veille de la cuisson)-

Badigeonner au pinceau chaque cuisse du mélange miel/ moutarde et mettre dans un plat Dans un grand saladier, mélanger

- **Liquides** : Les oranges pressées, citrons verts (zestés avant si bio) ou pulcho citron vert, pulcho agrumes, huile olive ou arachide, un peu d'eau, un peu de vinaigre de cidre (facultatif),de l'eau.
 - citrons confits coupé en petits morceaux, les baies rouges écrasées, des graines de Cardamome, des oranges coupées en fines rondelles
 - **persil, fines herbes**, feuilles de lauriers, herbes de Provence
 - quelques rondelles de **carottes** et oignons émincés.
 - l'**ail** écrasé, **gingembre frais** écrasé (ou en poudre), **sel**, **poivre**, poudre de girofle
- ajouter des **oignons** coupés en rondelles, saupoudrés de plusieurs épices **en bonne quantité**: au pif: **coriandre, épice tagine, épice couscous, cumin, épices pour poulet, paprika.... tandori, bien mélanger le tout, arroser, recouvrir et imprégner les cuisses ;**

Faire mariner au frais une nuit ou une bonne demi-journée

2) Préparer les légumes Pendant la marinade

Eplucher les carottes et les couper en rondelles. Les faire cuire dans l'eau salée et épicée, additionnée de pulcho agrumes et jus orange, eau et **bouillon de volaille**

Emincer fin un chou blanc, le blanchir et cuire comme les carottes

Emincer les oignons et les faire revenir dans l'huile dans une ou plusieurs cocottes selon la quantité
Mélanger les légumes.

3) CUISSON

1. Retirer les morceaux de poulet de la marinade
2. Garder la marinade en réserve ou la faire cuire au four avec le poulet
3. Faire légèrement griller les morceaux au four 20 minutes pas plus, ils doivent avoir un peu de couleur, mais ne doivent pas être complètement cuits .
4. Dans plusieurs Wooks ou cocottes, rassembler la marinade, les oignons, le poulet, les légumes , le jus de cuisson sorti du four, ajouter de l'eau ;
5. **GOUTER** : ajouter sel et persil, poivre si besoin, et tandori à la fin pour colorer et épicer légèrement : **CE REAJUSTEMENT EST NECESSAIRE POUR EQUILIBRER LES SAVEURS.**
6. **Faire mijoter à feu doux jusqu'à cuisson complète.**

Servir avec du riz basmati, mélangé avec des tomates séchées à l'huile coupées en petits morceaux, (un petit bocal par Kg) et des fruits secs confits (genres papayes, mangues séchées).

Ou du couscous aux épices du monde parsemé de zestes de citrons et d'oranges, gonflé avec de l'eau et jus d'oranges et quelques morceaux de beurre ;