



- > 6 blancs de poulet
- > 2 yaourts nature
- > 1 oignon
- > 3 gousses d'ail
- > 5 cm de gingembre frais
- > 1 c. à café de muscade
- > 1 c. à café de cannelle
- > 1 c. à café de cumin
- > 1 c. à café de curcuma
- > 1 à 2 pincées de piment en poudre
- > 1 c. à soupe d'huile d'olive
- > Sel, poivre



| Poulet mariné à l'indienne |

Détaillez les blancs de poulet en gros morceaux. Dans un plat allant au four, mélangez les yaourts avec l'oignon finement haché, l'ail dégermé et haché, le gingembre râpé, les épices et l'huile ; salez légèrement et poivrez. Déposez les morceaux de poulet dans le plat et enrobez-les de marinade. Filmez le plat et laissez mariner 1 nuit au frais.

Préchauffez le four à 230°C (th.7/8), glissez le plat sur la grille du milieu. Faites cuire 10 min en retournant les morceaux de poulet régulièrement. Servez dès la sortie du four avec du riz basmati.



PINOT GRIS D'ALSACE

Il développe une opulence et une étoffe tout en richesse. Ce vin charpenté, rond et long en bouche, présente des arômes complexes de sous-bois, parfois légèrement fumés.

Il est excellent avec le foie gras, le gibier, les rôtis et les viandes blanches et fait merveille avec des plats exotiques modérément épicés.

A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

