

Boules de poulet comme dans les buffets

Christina Potvin



Les boules de poulet frites sont un véritable classique des buffets chinois américains! Découvrez comment les faire chez vous pour gâter vos invités!

TEMPS DE PRÉPARATION

10 min

TEMPS DE CUISSON

30 min

TEMPS TOTAL

40 min



TYPE DE PLAT

Accompagnement, buffet,
Entrée, Plat principal

CUISINE

Américaine, Chinoise



PORTIONS

35 boules

INGRÉDIENTS

Pâte

- 135 g farine tout usage
- 2 c. à table féculé de maïs
- 1 c. à thé poudre à pâte (levure chimique)
- 2 c. à thé sucre
- 1/2 c. à thé sel
- 1 oeuf
- 150 ml lait (un peu plus pour ajustements)

Marinade du poulet

- 300-350 g poitrines de poulet
- 3/4 c. à thé bouillon de poulet en poudre
- 2 c. à thé sucre
- 1/4 c. à thé sel
- 1/8 c. à thé poivre

Autres ingrédients

- Farine tout usage (pour enrober le poulet)
- huile végétale (pour friture)
- Sauce aux cerises (accompagnement)

PRÉPARATION

- 1 Mélanger tous les ingrédients de la pâte dans un gros bol. Remuer jusqu'à ce qu'il n'y ait plus trop de grumeaux. Mettre au frigo pour 30 minutes. Si elle devient trop épaisse après le temps de repos, ajouter

5-10ml de lait.

- 2 Couper le poulet en petits cubes de 2 cm environ. La recette devrait donner autour de 35 morceaux.
- 3 Mélanger le poulet avec les ingrédients de la marinade, laisser reposer au frigo jusqu'à ce que la pâte soit prête.
- 4 Chauffer l'huile de la friteuse à 340°F (170°C).
- 5 Tremper les morceaux de poulet dans la farine, puis tremper ensuite dans le mélange à pâte.
- 6 Descendre la panier de la friteuse, puis à l'aide de 2 cuillères, déposer quelques boules de poulet dans l'huile, une par une. Pour une petite friteuse on peut en mettre environ 7 à la fois. Cuire pendant 3 minutes.

Note: Les boules tomberont au fond de la friteuse et colleront un peu au panier. Je les laisse "accrochées" au panier pour la première minute de cuisson, puis je les décolle pour continuer le 2 minutes de cuisson. Ceci fera une cuisson plus uniforme.

- 7 Retirer les boules de poulet sur un papier absorbant. À ce point-ci, le poulet n'est pas complètement cuit, il y aura une deuxième cuisson plus tard. Continuer de faire une première cuisson de 3 minutes pour tout le poulet restant.
- 8 Lorsque tout le poulet à eu une première cuisson, faire une deuxième cuisson en mettant le double de boules dans le panier. Cuire pour 2 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit complètement cuit et la pâte bien dorée. Retirer sur un papier absorbant et servir avec de la sauce au cerises.
- 9 Note: On peut congeler les boules de poulet après le premier 3 minutes de cuisson. Les boules pourront être réchauffées au four à 350°F pour 10 à 15 minutes, nul besoin de les dégeler d'abord.

Retrouvez toutes les recettes de Hop dans le Wok sur www.christinapotvin.com