

Hauts de cuisse à la marinade sèche et sauce BBQ

par *STEFANO FAITA*

Quantité : **6** (1) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **20 min**

Préparation **10 min**

Cuisson **10 min**



PUBLICITÉ

Ingrédients

450-600 g (6) hauts de cuisse de poulet

MARINADE SÈCHE

(1 c. à soupe) de sel

2 (c. à soupe) de cassonade

1 (c. à soupe) de paprika fumé

1 (c. à soupe) d'ail en poudre

2 (c. à thé) de cayenne

2 (c. à soupe) de graines de fenouil

1 (c. à soupe) de moutarde sèche

2 (c. à soupe) de coriandre

1 (c. à soupe) de poivre en grains

1 (c. à soupe) d'origan

SAUCE BBQ

1 oignon moyen haché fin

1/2 (tasse) de cassonade

1 (c. à soupe) de moutarde en poudre

1/4 (tasse) de vinaigre de xérès

1 bière rousse

1 (c. à soupe) de sauce Worcestershire

2 (c. à soupe) de mélasse

1 (tasse) de ketchup

Préparation

1. Mélanger les ingrédients de la marinade sèche et couvrir les hauts de cuis

FAIRE LA SAUCE BBQ :

1. Faire rôtir les oignons dans une poêle.
2. Ajouter la cassonade, la moutarde en poudre, le vinaigre, le ketchup, la mélasse, la bière rousse et la sauce Worcestershire.
3. Faire mijoter jusqu'à épaississement.
4. Ensuite, faire cuire les hauts de cuisse sur le BBQ jusqu'à ce que la sauce s

PUBLICITÉ