



## Poulet barbecue à la harissa

 PRÉPARATION : 20 MIN    CUISSON: 30 MIN

Intégrez cette nouvelle recette de poulet barbecue à la harissa dans votre liste de repas par excellence. La vinaigrette Grecque avec féta et origan *Kraft* se lie à la harissa en pâte pour ajouter une saveur irrésistible à votre poulet barbecue à la harissa. Alors, pourquoi attendre?

Faites-en l'essai dès ce soir!

### Qu'est-ce qu'il me faut ?

6 PORTIONS

1/4 c. à thé de poivre noir moulu

1 c. à thé de poudre d'ail, divisée

1/3 tasse de vinaigrette Grecque avec féta et origan KRAFT, divisé

1 lb de pommes de terre Yukon gold (environ 3 moyennes), coupées en morceaux de 1/2 po

6 hauts de cuisse de poulet désossés et sans peau (1 1/2 lb ou 675 g)

1/3 tasse de harissa en pâte

1/2 tasse de sauce barbecue *Heinz* style Memphis Douce et épicée

### Que dois-je faire ?

#### Étape 1

Chauffer le four à 425 °F.

#### Étape 2

Couvrir de papier d'aluminium une plaque à pâtisserie à rebords; vaporiser d'un enduit à cuisson. Mélanger le poivre, 1/2 c. à thé de la poudre d'ail et 2 c. à soupe de la vinaigrette jusqu'à homogénéité. Ajouter cette préparation aux pommes de terre dans un bol moyen; mélanger légèrement. Mettre sur une moitié de la plaque à pâtisserie préparée.

#### Étape 3

Ajouter le poulet dans le bol. Mélanger la harissa en pâte et la sauce barbecue jusqu'à homogénéité. Ajouter 1/4 t du mélange de sauce barbecue sur le poulet en même temps que le reste de la poudre d'ail et de la vinaigrette; remuer ensemble jusqu'à ce que le poulet soit bien enrobé du mélange de sauce barbecue. Disposer le poulet sur l'autre moitié de la plaque à pâtisserie.

#### Étape 4

Cuire de 25 à 30 min ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres et que le poulet soit bien cuit (165 °F), en badigeonnant le poulet du reste du mélange de sauce barbecue 5 min avant la fin de la cuisson.

Conseils des Cuisines  
**Kraft**

Nutrition

## Présentation suggérée

Hachez le poulet cuit et servez-le sur un lit d'épinards frais, accompagné des pommes de terre cuites.

## Propos culinaires

La harissa est une pâte de piment de Cayenne nord-africaine faite de piments rouges, d'épices et d'herbes. Réfrigérez-la après ouverture.

Calories	300
	% valeur quotidienne
Matières grasses 10 g	15 %
Matières grasses saturées 2.5 g	13 %
Cholestérol 115 mg	
Sodium 520 mg	22 %
Glucides 26 g	9 %
Fibres alimentaires 2 g	8 %
Sucres 11 g	
Protéines 23 g	
Vitamine A	0 %
Vitamine C	15 %
Calcium	4 %
Fer	15 %

### Portions

6 portions de 1/6 de la recette chacune

Les renseignements sur la nutrition sont estimés sur la base des ingrédients et du mode de cuisson propres à chaque recette, et ne sont fournis qu'à des fins d'information seulement. Veuillez noter que les données concernant la nutrition peuvent varier en fonction des modes de préparation, ainsi que de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients utilisés.