

Poulet au sésame

- La délicieuse et facile recette de poulet au sésame avec une bonne petite sauce!



Ingrédients :

- 1 tasse (250 grammes) de poitrines de poulet coupées en morceaux
- Huile pour la friture
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail émincée
- Graines de sésame

Pâte à frire :

- 1/2 tasse (125 ml) de farine
- 1/4 de tasse (65 ml) de fécule de maïs
- 1 blanc d'œuf
- 1/3 de tasse (80 ml) d'eau froide
- 1 cuillère à soupe d'huile
- Une pincée de sel

Sauce :

- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de riz (ou vinaigre de cidre de pommes)
- 4 cuillères à soupe de sucre
- 2 cuillères à thé de fécule de maïs

- 1/3 de tasse (80 ml) d'eau

Préparation :

1. Mélanger tous les ingrédients de la sauce jusqu'à ce que ça soit bien mélangé.
Mettre de côté.
2. Mélanger tous les ingrédients de la pâte à frire dans un bol et bien mélanger.
Trempez les morceaux de poulet dans le mélange.
3. Faites chauffer l'huile de votre friteuse à 350 °F (175 °C) ou l'huile d'un chaudron.
4. Trempez les morceaux de poulet dans l'huile et faites frire jusqu'à ce qu'il soit bien doré. Égouttez avec des papiers essuie-tout.
5. Dans une casserole, faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Ajoutez l'ail et faites frire.
6. Ajouter la sauce et aussitôt que celle-ci commence à épaissir, ajouter le poulet.
7. Servir et garnir de graines de sésame.
8. Servir avec du riz et des légumes.

“ *Préparez-vous cette délicieuse recette de poulet frit aux graines de sésame avec une sauce très goûteuse :)*

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)