

# Pilons de poulet BBQ

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Temps total : 35 minutes

Portions:

Pilons de poulet 6 lbs

1 cuillère à soupe de paprika

1 cuillère à café de cumin

1 cuillère à café de sel à l'ail

1 1/2 tasse de sauce barbecue divisée

1 1/2 tasse d'eau

Café = thé

## Instructions

Dans un petit bol, cumin et le sel d'ail.

Saupoudrer sur les

Placer les pilons sur

et verser l'eau dans

**M A N U A L /**

**Dépressuriser**

**Lorsque la**

**le poulet sur une**

**de papier**

**Badigeonner les**

**sauce barbecue. Griller de 1 à 5**

**Retourner les pilons, badigeonner les pilons avec le reste de la sauce**

**et remettre à BROIL 1 à 5 m.**



mélanger le paprika, le

pilons et frotter partout.

le support de l'instant pot

la cuve. Cuire 15 m à

**PRESSURE COOK 15 m.**

**rapidement.**

**cuisson est terminée, placer**

**plaque à biscuits recouverte**

**d'aluminium.**

**pilons de la moitié de la**

**minutes au four à BROIL.**

Traduit de et photo de : [www.eatingonadime.com/easy](http://www.eatingonadime.com/easy)