

Poulet au citron

Donne 4 portions

Temps de cuisson : 8 minutes

2 lb de hauts de cuisse de poulet désossés et sans peau

3 c. à soupe d'huile d'olive, divisée

1 cuil. à café de romarin

1 cuil. à café de sel casher

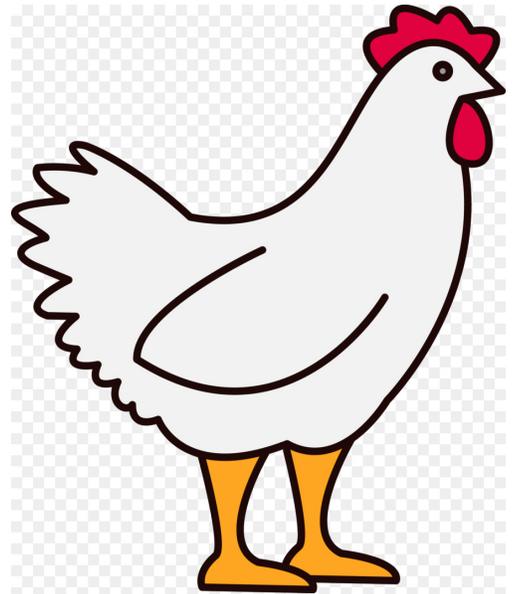
½ c. à thé poivre noir

1 citron, bio de préférence

1 oignon moyen, coupé en dés

2 gousses d'ail, hachées finement

2 c. à soupe d'eau



1. Mélanger le poulet avec 1 c. à table d'huile, le romarin, le sel et le poivre.

2. Laver le citron, couper les extrémités, le couper en quatre dans le sens de la longueur et enlever les pépins. Couper les quartiers en tranches de ⅛-inch dans le sens de la largeur.

3. Mettre le ip sur Sauté Chauffer les 2 cuil. à soupe d'huile restantes dans la casserole

4. Ajouter l'oignon et l'ail et faire revenir 3 minutes en remuant fréquemment.

5. Ajouter le citron et faire revenir une minute de plus.

6. Ajouter les 2 cuil. à soupe d'eau.

7. Ajouter le poulet et remuer pour bien mélanger.

8. Fixez le couvercle et mettez l'évent en position Sealing. Cuire 8 minutes à MANUAL/Oressure cook

9. Laisser la pression se relâcher naturellement.

Traduit de : de : Fix-It and Forget-It Instant Pot