



Poulet moutarde et miel, orange et pommes de terre au romarin

**Portions 4
Cuisson 5 m.
Dépressurisation
rapide**

- 1 c. à table d'huile d'olive**
- 4 t. de poitrines de poulet et pilons sans peau avec os**
- Sel et poivre**
- 1 oignon tranché**
- 2 branches de romarin**
- 16 à 20 patates grelot entières**
- 1 t. de bouillon de poulet**
- 1/2 t. d'orange ou jus de 2 oranges**
- 1/4 de t. de miel**
- 1/4 de moutarde à l'ancienne (whole grain)**
- 1 c. à table de zeste d'orange**
- 1 c. à table de romarin frais**

1 c. à table de beurre - optionnel

Faire chauffer le ip et ajouter l'huile. Saler et poivrer le poulet et le faire brunir sur les 2 côtés.

Retirer le poulet et ajouter l'oignon et le romarin et sauter jusqu'à ce que l'oignon attendrisse.

Ajouter les pommes de terre et bien mélanger pour les enrober. Ajouter le bouillon et le jus et retourner le poulet dans le ip.

Dans un petit plat combiner la moutarde, le miel et le zeste d'orange. Verser sur le poulet.

Cuire 6 m. à MANUAL et dépressuriser rapidement.

Servir en saupoudrant du romarin et du beurre sur les pommes de terre grelots.

Pendant que le poulet et les pommes de terre refroidissent un peu, laisser bouillonner le liquide de cuisson pour en faire une sauce jusqu'à ce qu'elle soit assez épaisse pour napper le dos d'une cuillère.

Traduit de et photo de :

Delicious Under Pressure: Over 100 Pressure Cooker and Instant Pot TM Recipes (The Blue Jean Chef) »

de, Meredith Laurence.

