

PASTILLA AU POULET

Nombre de portions : 25
 Poids après cuisson : 4534 g
 Poids d'une portion : 181 g

INGRÉDIENTS

4000 g de hauts de cuisse de poulet désossés sans peau coupés en 6

150 ml d'huile de tournesol

600 g d'oignons ciselés

60 g de gingembre haché

60 g d'ail haché

15 ml / 3 g de cannelle moulue

15 ml / 3 g de cumin moulu

15 ml / 3 g de coriandre moulue

18 ml / 22 g de sel

4.5 ml / 0.3 g de poivre

24 œufs battus

360 ml / 80 g de coriandre ciselée

8 feuilles de pâte phyllo par insertion (48 au total)

Huile en aérosol

MÉTHODE

- Mélanger.
- Rôtir au four à 200 °C (400 °F) pendant environ 12 minutes.
- Transférer dans un cul-de-poule.
- Ajouter.
- Déposer 4 feuilles dans une insertion en les huilant entre chaque étape.
- Déposer l'appareil de poulet.
- Déposer 4 feuilles dans une insertion en les huilant entre chaque étape.
- Replier les feuilles vers le centre.
- Vaporiser d'huile le dessus de la pastilla.
- Répéter l'opération pour les quatre autres insertions.
- Prédécouper en carrés.
- Cuire au four à 160 °C (350 °F) environ 25 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré.



Saviez-vous que...

Le rutabaga a été largement consommé en temps de guerre. Est-ce pour cette raison qu'il semble moins populaire aujourd'hui? Quoi qu'il en soit, remettez-le en vedette dans vos assiettes pour sa versatilité et son agréable goût sucré!

