

POULET AUX FRUITS SECS ET AUX EPICES

Volailles

Posté par: essya

Publiée le : 16/12/2004 13:44:21

POULET AUX FRUITS SECS ET AUX EPICES



Ingrédients :

1 poulet (1,3 kg)
Quelques dattes séchées coupées en petits morceaux
Deux poignées de raisins secs
Quelques abricots secs en petits morceaux
1 oignon
1 gousse d'ail
épices : poivre, cannelle, cumin, et gingembre en poudre
sel
persil
3 cuil soupe d'huile
1 cuil soupe de miel

Préparation :

Mettre les fruits secs à gonfler dans du thé.
Mélanger l'huile, le miel et moitié des épices.
Imprégnez le poulet avec le mélange obtenu et laisser reposer.
Préchauffer le four à th6 (180 °C).
Hacher l'oignon et l'ail, mélanger avec les fruits secs égouttés, le persil émincé et le reste des épices.

Farcir le poulet avec la préparation et fermer le poulet.

Faire cuire le poulet 25 minutes par livre en arrosant de temps en temps avec le reste d'huile épicée.