



Recette



Poulet façon Adoyra et son riz camarguais aux courgettes

Faire mariner le haut de cuisse de poulet 4 heures (2 heures sur chaque face)

*Marinade : Ail haché (1 gousse)
Echalote hachée (1 gousse)
Piment Espelette (1 pincée)
Sauce soja (10 cuillères à soupe)
Miel (2 cuillères à soupe)
Gingembre frais (1 cuillère à café)
Poivre et herbes de Provence (1 pincée)*

*Marquer à feu doux
Finir au Four (170°) chaleur sèche*

Accompagnement : riz de Camargue aux courgettes

Récupérer la marinade. Monter à ébullition ; adjonction d'eau suivant assaisonnement.

*Recette élaborée par
Clarelia – Les Jardins d'Adoyra*

