

Poulet Poulet frit à l'américaine



12h55 12h30 20 min 5 min 551

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du poulet

- 1 Afin d'éviter toute contamination croisée, découper le poulet sur une planche à découper à part.
- 2 Retirer la ficelle.
- 3 Retirer les blancs du poulet. Positionner les cuisses à l'opposé du corps, introduire le couteau dans le dos du poulet en se servant de la colonne vertébrale comme repère.
- 4 Placer le couteau directement contre l'os. L'os va guider le couteau.
- 5 Lorsque le couteau atteindra l'aile, séparer l'os au niveau de l'articulation. Si vous avez suivi la colonne vertébrale, l'articulation devrait se séparer très facilement.
- 6 Découper le blanc et l'aile.
- 7 Retirer la pointe de l'aile.
- 8 Conserver les pointes des ailes pour la préparation de soupes ou de bouillons.
- 9 Séparer l'aile au niveau de l'articulation.
- 10 Couper le blanc en deux.
- 11 Répéter l'opération pour l'autre morceau de blanc.

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour la préparation des épices

0.5 c. à café **Piment de Cayenne**
1 c. à soupe **Paprika**
0.5 c. à café **Oignons en poudre**
0.5 c. à café **Ail en poudre**
0.25 c. à café **Sel de céleri**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**

Ingrédients pour le poulet

1 **Poulet(s)**
1 litre(s) **Lait ribot**

Ingrédients pour la friture

500 g **Farine**
1 **Huile pour friture**

Ingrédients pour la sauce

- 12** Ôter les cuisses. Couper en suivant le corps du poulet puis détacher l'os de la cuisse au niveau de l'articulation.
- 13** Répéter l'opération pour l'autre cuisse.
- 14** Briser l'articulation de la cuisse du poulet permettra de savoir où placer le couteau et de couper sans effort.
- 15** Séparer le pilon de la cuisse en coupant au niveau de l'articulation.
- 16** Répéter l'opération pour l'autre cuisse.
- 17** Réserver la carcasse pour la préparation de soupes ou de bouillons.

35 cl **Mayonnaise**
 200 g **Crème aigre**
 55 g **Lait ribot**
 0.5 c. à café **Tabasco**
 3.5 c. à soupe **Sauce Worcestershire**
 2 **Oignon(s) vert(s)**

Ingrédients pour le dressage

1 **Oignon(s) vert(s)**

Étape 2

Préparation de la marinade

- 1** Verser le lait ribot sur le poulet en l'immergeant complètement.
- 2** Placer les épices dans un bol.
- 3** Si les épices Old Bay sont introuvables, mélanger de l'oignon en poudre, de l'ail en poudre, du paprika et du sel de céleri.
- 4** Puis ajouter la moitié de chaque épice : le sel de céleri, l'oignon en poudre, l'ail en poudre, le piment de cayenne et le paprika fumé. Remuer afin de mélanger les épices.
- 5** Saupoudrer le poulet du mélange d'épices.
- 6** Mélanger les épices au lait ribot et au poulet à l'aide des mains.
- 7** Faire mariner le poulet pendant minimum 12 h au réfrigérateur ou toute une nuit.
- 8** Ajouter la farine et le reste des épices dans un saladier.
- 9** Ajouter une pincée de poivre noir et de sel.
- 10** Mélanger à l'aide d'une spatule.

Étape 3

Préparation de la sauce

- 1** Mettre la mayonnaise dans un bol.
- 2** Ajouter la crème aigre.
- 3** Ajouter le lait ribot, le tabasco et la sauce Worcestershire. Assaisonner de sel et de poivre.
- 4** Mélanger à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 5** Réserver le mélange. Emincer très finement la partie blanche de l'oignon vert.
- 6** Ciseler finement la partie verte de l'oignon vert.
- 7** Emincer une seconde fois la partie verte et blanche ensemble.
- 8** Ajouter l'oignon vert au mélange puis remuer.

Étape 4

Cuisson du poulet

- 1** Sortir le poulet mariné du réfrigérateur.
 Préchauffer la friteuse à 150°C.

- 2**
- 3** Sortir chaque morceau de poulet de la marinade. Le secouer légèrement afin d'éliminer l'excédent de marinade puis le placer dans la farine assaisonnée.
- 4** Envelopper entièrement le poulet de farine.
- 5** Secouer afin d'éliminer l'excédent de farine puis placer le morceau dans la friteuse en se tenant éloigné. Ne pas placer trop de morceaux de poulet à la fois dans la friteuse.
- 6** Le niveau d'huile doit être bas. Lorsque les pièces de poulet seront plongées dans l'huile, le niveau va augmenter.
- 7** Frire pendant 8-10 minutes, cela va dépendre de la taille des pièces.
- 8** Une fois que le poulet est dans la friteuse, remonter légèrement le panier à friture puis déplacer les pièces à l'aide de pinces de cuisine toutes les deux minutes environ et s'assurer que les pièces ne se collent pas.
- 9** Pendant la cuisson, retirer le panier à friture de la friteuse et laisser reposer. Vérifier la température à l'aide d'un thermomètre à sucre. La température doit être plus ou moins proche des 70°C.
- 10** Plonger le panier dans la friteuse quand la température du poulet est proche des 70°C et laisser cuire pendant 1 à 2min.
- 11** Retirer ensuite le panier de la friteuse puis secouer afin d'éliminer l'excédent d'huile.
- 12** Préparer un saladier tapissé de papier absorbant. Déplacer chaque pièce de poulet dans le saladier.
- 13** Assaisonner les pièces dès la sortie de la friteuse et bien remuer pour répartir le sel.

Étape 5

Dressage

- 1** Plier une serviette puis la placer dans un panier.
- 2** Déposer le poulet dans la serviette.
- 3** Verser la sauce dans un bol et le placer sur le côté.
- 4** Ciseler la partie verte de l'oignon vert très finement.
- 5** Napper de sauce et servir.