



Bouchées won-ton au poulet

[RECETTES](#) - [REPAS](#) - [VOLAILLES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION :

15 MIN

TEMPS DE CUISSON :

17 MIN

TEMPS DE REPOS : 1H

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

Poulet mariné :

- 3 c. table de sauce hoisin
- 2 c. table de sauce soya
- 2 c. table d'huile de sésame grillé
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 c. table de gingembre frais, pelé et râpé
- 2 poitrines de poulet, coupées en petits dés

Garnitures :

- 20 feuilles de pâte won-ton
- Un peu d'huile d'olive
- 1 1/2 tasse bien tassé de mélange de salade de chou du commerce
- 1 gros oignon vert, ciselé
- 1/2 c. table de sirop d'érable
- 1/2 c. table de sauce soya
- 1/2 c. table de vinaigre de riz
- 1/2 c. table d'huile de sésame grillé
- 1/2 c. thé ou plus selon votre goût, de sambal oelek
- Coriandre, ciselée au goût
- Sauce chili sucrée
- Graines de sésame
- Quartiers de lime

Préparation

1. Mélanger les ingrédients du poulet mariné et laisser reposer au réfrigérateur pendant 1 heure.
2. Préchauffer le four à 375 F .
3. À l'aide d'un pinceau, badigeonner un peu d'huile sur les feuilles de pâte won-ton.
4. À l'aide d'un moule à muffin, j'ai personnellement pris un moule à mini muffin, former les coupelles de pâte won-ton dans les cavités du moule.
5. Enfourner de 7 à 9 minutes sur la grille du haut jusqu'à ce que les coupelles sont bien dorées.
6. Dans un bol, mélanger le mélange de salade de chou, l'oignon vert, le sirop d'érable, la sauce soya, le vinaigre de riz, l'huile de sésame et le sambal oelek. Réserver.
7. Dans un poêlon, cuire à feu moyen vif le poulet jusqu'à ce que ce dernier soit bien cuit.
Approximativement 7-8 minutes.
8. Faire le montage des coupelles.
9. Déposer un peu de salade de chou dans le fond, déposer ensuite le poulet et garnir de graines de sésame et de coriandre.
10. Servir avec la sauce chili sucrée et un trait de jus de lime.