



## ***Poulet rôti au Airfryer (friteuse à air)***

[AIRFRYER \(FRITEUSE À AIR\)](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#) - [THÉMATIQUES](#) - [VOLAILLES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4-6

---

TEMPS DE PRÉPARATION :  
5 MIN

---

TEMPS DE CUISSON :  
45-50 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: OUI

## Ingrédients

---

- 1 poulet de 2 kilogrammes (prenez un poulet qui entre dans votre panier de Airfryer)
- 3 c. table d'huile d'olive
- 1 1/2 c. table de mélange d'épices de votre choix pour volaille. J'ai personnellement utilisé BBQ fumé de Spice Affair
- 1 oignon jaune de taille moyenne
- 2 gousses d'ail
- 1 branche de romarin (optionnel)

## Préparation

---

1. Préchauffer le Airfryer à 350 F pendant 5 minutes (fonction Airfryer).
2. Dans un petit bol, mélanger l'huile et les épices.
3. Badigeonner le poulet des deux côtés avec le mélange d'huile.
4. Mettre l'oignon, coupé en deux, dans la cavité du poulet avec les gousses d'ail et la branche de romarin.
5. Déposer le poulet, poitrine vers le bas dans le panier du Airfryer.
6. Cuire 30 minutes.
7. Retourner le poulet et cuire de 15 à 20 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que la température interne du poulet soit de 180 F.
8. Sortir le poulet et déguster.

