

AILERONS DE POULET LAQUES

Le marché:

- 8 ailerons de poulet
- 1 petit oignon
- 2 c à s de miel liquide
- 2 c à s de sauce soja
- 1 c à c de mélange 5 épices chinoises
- ¼ de c à c de glutamate
- poivre, piment

Réalisation:

- éplucher et réduire l'oignon en purée
- mélanger les éléments de la marinade pour obtenir une laque
- après avoir supprimé la dernière phalange des ailerons, les laquer au pinceau
- les mettre en attente au moins 2 heures en repassant une couche de laque par trois ou quatre fois
- mettre au grill

Nota:

- faute de 5 épices, mettre poivre, gingembre, graines de coriandre, muscade et girofle, le tout réduit en poudre
- si on n'a pas de glutamate, on s'en passera sans rougir et on ne dira rien à personne
- et qu'on ne me dise pas qu'il existe des "poudres" industrielles toutes prêtes !...