

Karaage croustillant de poulet à la coréenne

durée totale **25 min.** 10 min. temps de préparation 10 min. temps de cuisson 5 min. temps de marinade

Données nutritionnelles (par portion):
4.474 kJ / 1.071 kcal

Matières grasses: **63,5 g** Protéines: **50,5 g**
Glucides: **66,7 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

500 g	de hauts de cuisse de poulet désossés
45 ml	<u>Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman</u>
50 g	de saké (vin de riz)
1	gousse d'ail émincée
100 g	de fécule de pomme de terre
100 g	de farine
750 ml	d'huile végétale
70 ml	<u>Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman</u>
0,5 càc	de graines de sésame
30 g	d'oignons nouveaux ciselés

PRÉPARATION

Étape 1

500 g de hauts de cuisse de poulet désossés - **45 ml** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **50 g** de saké (vin de riz) - **1** gousse d'ail émincée
Couper les hauts de cuisse de poulet en morceaux d'environ 50 g. Les placer dans un saladier. Ajouter la sauce soja Kikkoman et le saké dans des proportions égales, puis incorporer l'ail émincé. Bien mélanger et laisser mariner.

Étape 2

100 g de fécule de pomme de terre - **100 g** de farine
Mélanger la fécule de pomme de terre et la farine à parts égales. Enrober soigneusement chaque morceau de poulet mariné avec ce mélange.

Étape 3

750 ml d'huile végétale
Faire chauffer l'huile à 170 °C. Faire frire le poulet pendant 3 minutes. Le retirer ensuite de l'huile et laisser reposer pendant 3 minutes.

Étape 4

Augmenter la température de l'huile à 180 °C. Faire frire le poulet une seconde fois pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'il soit bien croustillant et doré.

Étape 5

70 ml Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman - **0,5 càc** de graines de sésame - **30 g** d'oignons nouveaux ciselés
Mélanger les morceaux de poulet fraîchement frits avec la Sauce barbecue à la Coréenne Kikkoman

jusqu'à ce qu'ils soient bien enrobés. Parsemer de graines de sésame et d'oignons nouveaux, puis servir immédiatement.