

BBQ : LE MENU PARFAIT POUR L'ÉTÉ

CHATELAINE

+

1 GLACE,
3 INGRÉDIENTS
(simplissime!)

L'EFFET *Sophie*

Portrait d'une
première
dame qui ne
veut pas
rester dans
l'ombre

Mode
**DES
LOOKS
TOUT
FRAIS!**

VIVE LES VACANCES!

**5 ROUTES
POUR
RETOMBER
EN AMOUR
AVEC LE
QUÉBEC**

**DES
LIVRES
POUR
LA PLAGE**



MD 4,99\$ (10691)

PP 40070230

JUILLET 2016

CHATELAINE.COM

Une assiette
de grillades où
piger librement,
c'est le bonheur !

C
A
Pr
Al
Ch
10

co
se
hi
ci

gr
re
pi

1
de
ti
Zi
ci
A
sa
la
30
ju
ré
PR
HU
2
ch
pl
Se

PI
Pré
Att
Cui
10

pil
ga
s

MA
se
go
pâ
éc
c
sir
pa

CÔTELETTES D'AGNEAU AU ROMARIN ET AU CITRON

Préparation : 10 MINUTES

Attente : 30 MINUTES

Cuisson : 10 MINUTES

10 CÔTELETTES

côtelettes d'agneau 10
sel et poivre du moulin
huile d'olive 60 ml (1/4 tasse)
citron 1, le jus et le zeste
prélevé à l'aide d'une râpe
de type Microplane
gousses d'ail 5, pressées
romarin 2 c. à soupe, haché
piment d'Alep 1/2 c. à thé

1 Saler et poivrer les côtelettes d'agneau des deux côtés. Dans un grand sac de plastique à fermeture hermétique (de type Ziploc), verser l'huile, le jus et le zeste de citron, l'ail, le romarin et le piment d'Alep. Ajouter les côtelettes d'agneau, fermer le sac et masser un peu pour bien enrober la viande de marinade. Laisser mariner 30 minutes à la température de la pièce ou jusqu'à 4 heures au réfrigérateur. (Sortir du réfrigérateur 30 minutes avant la cuisson.) PRÉCHAUFFER LE BARBECUE À FEU MOYEN-VIF, PUIS HUILER LA GRILLE.

2 Cuire les côtelettes 3 ou 4 minutes de chaque côté pour une viande mi-rosée, ou plus longtemps selon la cuisson désirée. Servir aussitôt.

PILONS DE POULET ÉPICÉS

Préparation : 20 MINUTES

Attente : 6 HEURES

Cuisson : 30 MINUTES

10 PILONS

pilons de poulet 10

garniture : quartiers de citron ou
sauce au yogourt de type tzatziki

MARINADE

sel 1 1/2 c. à thé
gousses d'ail 5, pressées
pâte de tomates 2 c. à soupe
échalote française 1 grosse,
coupée grossièrement
sirop d'érable 1 c. à soupe
paprika doux (non fumé) 1 c. à soupe



paprika piquant (non fumé) 1 c. à soupe
poivre 1 c. à thé
piment de Cayenne 1/4 c. à thé
cumin moulu 1 c. à thé
coriandre moulue 1 c. à thé
huile d'olive 2 c. à soupe
jus de citron 2 c. à soupe
citron 1/2, le zeste

1 À l'aide d'une brochette en métal, piquer chaque pilon de poulet à 8 à 10 endroits. Déposer les pilons dans un grand sac en plastique à fermeture hermétique (de type Ziploc). Réserver.

2 Dans le récipient d'un robot culinaire ou d'un mélangeur, déposer tous les ingrédients de la marinade et les broyer jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Verser cette pâte sur les pilons de poulet, refermer le sac et masser un peu pour bien enrober la volaille. Réfrigérer de 6 à 24 heures. PRÉCHAUFFER LE BARBECUE À FEU MOYEN-VIF, PUIS HUILER LA GRILLE.

3 Déposer les pilons de poulet sur une moitié de la surface de cuisson. Griller les pilons jusqu'à ce qu'ils soient bien marqués, environ 3 à 5 minutes de chaque côté. Éteindre le brûleur sous l'autre moitié de la surface de la grille et y transférer les

pilons. Refermer le couvercle du barbecue et poursuivre la cuisson de façon indirecte environ 20 minutes ou jusqu'à ce que la chair se détache facilement de l'os. Retirer les pilons de poulet cuits du barbecue avec une pince propre. ♦♦

Le vin yin et yang PFAFF BLACK TIE

👁 Robe jaune, légers
reflets dorés.

👂 Notes d'agrumes,
de kiwi, d'ananas et
d'épices douces.

👄 Attaque fraîche et
notes d'agrumes
et d'ananas. Bonne
persistance.

🍴 Parfait avec tous les
mélanges sucrés-
salés et les plats un
peu relevés.



19,95 \$
CODE SAQ : 11469621

vinsdandurand.com