

Cuisses de poulet à l'orange

Préparation: 20 min

Cuisson: 3h00

Portions: 6

INGRÉDIENTS

- 6 à 8 cuisses de poulet, avec dos, sans la peau
- 2 tasses (500 ml) de jus d'orange fraîchement pressé ou du commerce
- 1 tasse (250 ml) de sauce Chili
- 4 c.à table (60 ml) de sauce soya
- 2 c.à thé (30 ml) de mélasse
- 1 tasse (250 ml) de poivrons verts ou de couleur, en lanières
- 1 à 2 gousses d'ail au goût

LES ÉTAPES

1. Dans un bol, tous les ingrédients ensemble sauf le poulet et les poivrons.
2. Déposer les cuisses de poulet dans une rôtissoire ou autre plat allant au four.
3. Verser le mélange sur les cuisses avec les poivrons.
4. Cuire au four à découvert à 300°F (190°C) pendant environ 3 heures.