Assortiment de grillades

Recette de V-ZUG SA



Préparation	1 h
Temps de cuisson	15 min 30 sec
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Ailes de poulet

8 ailes de poulet

3 cs de sauce soja

1 cs de sucre de canne

1 cs de vin de riz

1 cs de cinq épices en poudre

½ cc d'ail en poudre

½ cc de piment en poudre

Piquer les ailes de poulet à l'aide d'une fourchette ou d'une pique à brochette de manière à ce que la marinade puisse bien pénétrer la viande. Couper les ailes de poulet en deux au niveau de l'articulation.

Mélanger la sauce soja, le sucre de canne, le vin de riz et toutes les épices en poudre dans un saladier. Ajouter les ailes de poulet et bien mélanger. Verser le tout dans un sachet de mise sous vide, mettre sous vide au niveau 3 et réserver au réfrigérateur pendant 2 heures.

Brochettes de poulet sauce saté

8 filets de poulet

1 cs de sauce soja, douce

1 cc d'huile d'arachide, non grillée

1 cc de beurre de cacahuètes

¼ de citron vert, le jus

Mélanger tous les ingrédients pour la marinade. Y faire mariner les filets de poulet, verser le tout dans un sachet de mise sous vide, mettre sous vide au niveau 3 et réserver au réfrigérateur pendant 2 heures.

Cubes de bœuf

400 g d'entrecôte de bœuf

½ cc de gingembre en poudre

½ cc de cumin, moulu

½ cc de noix de muscade, moulu

1½ cc de coriandre, moulu

1½ cc de sel

2 gousses d'ail

2 cs d'huile d'arachide, non grillée

2 cs de sauce soja, douce

Découper l'entrecôte de bœuf en cubes de 2,5 cm. Peler les gousses d'ail, les écraser et les mettre avec les autres ingrédients dans un saladier. Ajouter les morceaux de viande et mélanger. Verser le tout dans un sachet de mise sous vide, mettre sous vide au niveau 3 et réserver au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes ou toute une nuit.

Sauce saté

30 g de cacahuètes, non salées

100 ml de lait de coco

1 cs de beurre de cacahuètes

2 cc de sauce soja, douce

½ cc de pâte de curry, rouge

Hacher grossièrement les cacahuètes, les mettre avec les autres ingrédients dans un saladier et mélanger. Porter la sauce à ébullition et laisser mijoter à petit feu pendant 10 minutes. Laisser refroidir.

Dressage

(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 230 °C avec Air chaud + vapeur

Retirer les ailes de poulet du sachet, les disposer sur une plaque à gâteaux tapissée de papier sulfurisé et enfourner dans l'espace de cuisson préchauffé. Cuire.

Introduire l'aliment à cuire

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 9 min

Préparer

Retirer les filets de poulet du sachet et les piquer individuellement sur des brochettes. Retirer les cubes de bœuf du sachet et piquer 2-3 morceaux de viande par brochette.

Placer les brochettes sur la plaque à gâteaux avec les ailes de poulet. Poursuivre la cuisson.

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 6 min 30 sec

1 oignon de printemps, vert

Sésame, blanc

1 citron jaune

1 citron vert

Piment concassé, seché

Cumin, moulu

Une fois la cuisson terminée, disposer la viande sur une plaque de gril. Couper le vert des oignons de printemps en petits morceaux. Parsemer les ailes de poulet de graines de sésame et de vert d'oignon. Couper les citrons en quartiers. Assaisonner la viande de bœuf de piment concassé et de cumin et dresser avec les quartiers de citron jaune. Dresser la sauce saté avec les quartiers de citron vert et servir à part.

Accessoires

Brochettes

Plaque à gâteaux

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019