

Poulet au Miel et à l'Ail à la Mijoteuse



Ingrédients A

1. 60 ml de sauce soja
2. 60 ml de miel
3. 120 ml de ketchup
4. 2 gousses d'ail hachées
5. 5 ml de basilic séché
6. 2,5 ml d'origan séché
7. 2,5 ml de flocons de piment rouge broyés
8. 2,5 ml de poivre noir

Ingrédients B

1. 6 cuisses de poulet avec os et sans peau
2. 500 g de patates nouvelles
3. 500 g de carottes nouvelles
4. 500 g de haricots verts

Outils

Mijoteuse et bol pour mélanger

Préparation

1. Mélangez tous les ingrédients A dans un bol pour préparer la sauce.
2. Versez la sauce et tous les ingrédients B dans la mijoteuse, en veillant à bien enrober tous les ingrédients de sauce.
3. Faites cuire à feu vif pendant 4 à 5 heures.