



## Poulet au paprika & au miel



### Ingrédients : (pour 2 personnes)

- ✓ 2 blancs ou escalopes de poulet
- ✓ 1 cuillère à café de miel
- ✓ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ✓ 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- ✓ Épices :
  - 3 cuillères à café de paprika en poudre
  - sel
  - poivre

**Préparation** : 10min

**Cuisson** : 10min

**Temps total** : 30min  
(avec 10 min de repos)

## Préparation

**1**

Couper le poulet en petits morceaux

**2**

Préparer une marinade en mélangeant le paprika, le miel, l'huile et le vinaigre dans un récipient. Une fois la préparation prête, napper la viande avec. Laisser ensuite mariner au moins une dizaine de minutes pour un goût léger ou plus longtemps pour un goût plus prononcé.

**3**

Une fois la viande marinée à votre goût, faire chauffer une sauteuse ou un wok, puis y ajouter les morceaux de viande avec la marinade. Tout d'abord faire dorer la viande à feu vif puis terminer la cuisson à feu moyen.

**4**

Le Top finition

Servir vos morceaux de viande avec un riz parfumé ou avec des légumes, par exemple servis sous forme de tagliatelles ou en morceaux légèrement croquants.