

Tacos poulet épicé avec Sauce Inferno Junior

Tacos poulet épicé faits maison : imagine des aiguillettes de poulet légèrement caramélisées, nappées d'une sauce rouge brillante qui offre une chaleur progressive et gourmande. La Sauce Inferno Junior apporte une texture onctueuse qui colle aux morceaux de viande sans les étouffer, et révèle des notes vives qui s'accordent parfaitement à la fraîcheur de la salade et à la tomate juteuse. Cette recette simple et conviviale est parfaite pour un dîner en famille ou un repas entre amis : rapide à préparer, elle joue sur le contraste entre le piquant maîtrisé et une sauce douce pour tempérer les ardeurs. Tu vas adorer assembler tes tacos et doser la chaleur selon tes envies dès les premières minutes en cuisine.

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
15 min

C
CUISSON
15 min

D
DIFFICULTÉ
facile

Ingrédients

- 500 g d'aiguillettes de poulet
- 8 petites tortillas de blé ou maïs
- 3 cuillères à soupe de Sauce Inferno Junior
- 1 salade romaine ou mélange de jeunes pousses, lavée et essorée
- 2 tomates mûres, coupées en dés
- 1 oignon rouge finement émincé
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 citron vert (ou 1/2 selon goût)
- 6 cuillères à soupe de yaourt nature (pour la sauce douce)
- 1 cuillère à café de miel ou sirop d'érable
- Sel et poivre
- Coriandre fraîche (optionnel)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sauce Inferno Junior



Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare la marinade: dans un bol, mélange 2 cuillères à soupe de Sauce Inferno Junior avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, une pincée de sel et un peu de poivre.

Enrobe les aiguillettes de poulet de cette marinade, filme et laisse reposer au frais 10 à 15 minutes (si tu manques de temps, 5 minutes suffisent).

Prépare la sauce douce: fouette le yaourt avec 1 cuillère à café de miel, le jus d'un demi-citron vert, une pincée de sel et, si tu veux, une cuillère à café supplémentaire de Sauce Inferno Junior pour un goût plus intégré.

Chauffe une grande poêle à feu moyen-vif avec 1 cuillère à soupe d'huile. Égoutte légèrement le poulet et fais-le cuire 3 à 4 minutes de chaque côté jusqu'à belle coloration et cuisson complète.

Pendant la cuisson, réchauffe les tortillas dans une poêle sèche ou au four 2 minutes de chaque côté pour qu'elles restent souples.

Coupe le poulet en lamelles si nécessaire. Dispose les tortillas, garnis-les de salade, de tomates en dés et d'oignon émincé.

Ajoute le poulet chaud, nappe d'un filet léger de Sauce Inferno Junior selon ton goût (dose prudente recommandée ci-dessous) et finis avec une cuillerée de sauce douce au yaourt.

Parsème de coriandre fraîche et d'un filet de jus de citron vert avant de servir. Propose un bol de sauce douce à côté pour ceux qui préfèrent adoucir chaque bouchée.

Le conseil des Épices Curieuses

Commence toujours par une petite quantité de Sauce Inferno Junior en finition et rectifie après dégustation. Pour une cuisson uniforme, espace les aiguillettes dans la poêle et évite de les surcharger. Si tu veux un contraste sucré-salé, remplace le miel de la sauce douce par 1 cuillère à soupe de sirop d'érable. Pour une version encore plus moelleuse, laisse mariner le poulet 30 minutes au frais.

