



4 personnes



10 minutes



45 minutes

Hauts de cuisse de poulet au four

1- Préchauffez le four à 180°C. Placez les hauts de cuisse dans un plat allant au four.

2- Epluchez et émincez l'oignon. Ajoutez dans le plat avec l'huile d'olive, les herbes de Provence, le sel, le poivre, le piment en rondelles et le piment d'Espelette.

3- Piquez vos hauts de cuisse et arrosez-les avec l'eau. Enfourez 45min et retournez à mi-cuisson.

5 hauts de cuisses de poulet
1 oignon
3 CS d'huile d'olive
1 CS d'herbes de Provence
Sel et poivre
1 CS de piment en rondelles
1 CC de piment d'Espelette
10 cl d'eau