POULET SPATCHCOCK AUX PATATES DOUCES



Le terme "spatchcock" vient de l'expression irlandaise "dispatch the cock", utilisée depuis le XVIIe siècle. À l'époque, cette expression signifiait littéralement "préparer le coq rapidement" - la volaille était ouverte à plat afin qu'elle cuise plus rapidement sur le feu ou sur le gril.

Infos

- **Temps de préparation**: 15 mins
- **Temps de cuisson**: 50 mins
- **Portions**: 6

Ingredients

- 900 g de poulet entier, coupé en deux (sans la colonne vertébrale)
- huile d'olive en spray
- 1 1/4 c. à café de paprika doux, à répartir
- 1 ¼ cuillère à café d'ail en poudre
- 1 1/2 c. à café de sel fin, à répartir
- poivre noir fraîchement moulu, selon le goût
- 3 patates douces moyennes (environ 225 g chacune), épluchées
- 3 grosses échalotes, pelées et coupées en deux (ou 1 petit oignon rouge, coupé en quartiers)
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge
- 4 brins de romarin frais

Préparation

Etape 1
Préchauffer le four à 400° F et tapisser une plaque à pâtisserie à rebord de papier sulfurisé.

Etape 2
Placez le poulet sur le papier sulfurisé et posez-le à plat. Vaporisez généreusement l'huile d'olive en spray et assaisonnez les deux côtés avec ¾ de cuillère à café de paprika, 1 cuillère à café de sel, ¼ de cuillère à café d'ail en poudre et du poivre noir, selon votre goût.

Etape 3
Couper les patates douces en deux puis en quatre de manière à obtenir 8 morceaux chacune. Les ajouter dans un bol avec les échalotes ou l'oignon rouge. Arrosez-les d'huile d'olive et assaisonnez-les avec la ½ cuillère à café de sel restante, ¾ cuillère à café de paprika, ¼ cuillère à café de poivre noir, la poudre d'ail et le romarin. Ajoutez le mélange sur la plaque de cuisson entourant le poulet et enrobez le romarin.

Etape 4
Transférer la plaque au four et faire rôtir pendant 50 à 60 minutes, ou jusqu'à ce que la partie la plus épaisse de la cuisse de poulet atteigne 165 degrés F. Retourner les légumes au bout de 30 minutes.

Etape 5
Retirer le poulet du four et le laisser reposer pendant 10 minutes avant de le découper et de le servir.