



Ingrédients : Ailes ou pilons de poulet
Sauce teriyaky (à Carrefour rayon étrangers)
Piments frais (enlever les graines pour ceux qui n'aiment pas piquant)
Graines de sésame (même rayon que la sauce)
Huile d'olive.

La veille, faire mariner le poulet dans la sauce avec les piments et les graines de sésame.

Le lendemain matin, les retourner dans la marinade jusqu'au soir.

Préchauffer le four à 180 °.

Sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, disposer le poulet. Mettre un peu d'huile sur le poulet et enfourner à 180° pendant 25 minutes.

Les retourner et encore 25 minutes.

Et Tadaaaaaa.... c'est prêt !!!!