

# *Poulet tandoori*

## *Pour 4 personnes*

*4 filets de poulet*

### *Marinade*

*5 cuil à soupe de yaourt brassé*

*1 gousse d'ail épluchée*

*1 cuil à café bombée de piment d'Espelette en poudre*

*1 cuil à café de paprika*

*2 cuil à café de cumin en poudre*

*2 cuil à café de curcuma*

*1 cuil à soupe de coriandre en poudre*

*1/2 cuil à café de poivre noir moulu*

*1 dosette de safran en poudre*

*Sel*

*Le jus d'1/2 citron vert*

*1 cuil à soupe d'huile de tournesol.*

La veille: Mélangez tout les ingrédients de la marinade dans un saladier.

Coupez les filets de poulet en 2 ou 3 gros morceaux puis plongez-les dans la marinade en mélangeant pour bien les enrober. Couvrez le tout d'un film alimentaire et réservez au frais pour la nuit.

Le jour J: sortez les morceaux de poulet de la marinade et laissez-les reposer à température ambiante sur une assiette pendant 20 à 30 minutes.

Préchauffez le four à 200°C.

Placez les morceaux de viande sur une grille elle même posée sur une plaque de four et enfournez à 200°C pendant 20 minutes.

Servez chaud avec du riz assaisonné avec le reste de la marinade et des nans à l'ail.