

## Pilons de poulet marinés

- 8 pilons de poulet

Marinade :

- 2 gousses d'ail émincées
- 4 c-a-soupe d'huile d'olive
- 1 c-a-c de paprika
- 1 c-a-c de cumin
- sel, poivre
- 2 c-a-soupe de moutarde de Dijon
- jus d'1/2 citron
- Thym
- pincée de piment
- ½ c-a-c de Gingembre

1. Mélanger tous les ingrédients de la marinade
2. Masser les pilons de poulet de cette marinade et mettre au frais au moins 2 heures.
3. Préchauffer le four à 180 C (350 F), cuire les pilons de poulet jusqu'à obtenir une belle couleur sans oublier d'arroser du jus. Ajouter un peu d'eau au besoin.
4. Retirer les pilons de poulet, déglacer le plat avec un peu d'eau et 1 c-a-soupe de moutarde.
5. Servir le poulet en l'arrosant de son jus.