

Ailes de poulet au parmesan

Ingrédients :

- 2 lbs ailes de poulet (1 kilo)
- 1 tasse de parmesan frais râpé
- 2 cuil. à table de romarin frais haché
- 1 cuil. à thé de paprika
- 1 tasse de yogourt nature

Découper les ailes aux jointures. Dans un bol, mélanger le parmesan, le romarin et le paprika.

Mettre le yogourt dans un autre bol. Tremper les morceaux de poulet d'abord dans le yogourt, puis dans le mélange de parmesan.

Disposer les ailes en une seule couche sur une grille graissée que vous aurez déposée sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier d'aluminium.

Cuire au four préchauffé à 375 °F (190 °C) pendant environ 20 minutes ou jusqu'à ce que les ailes soient tendres et aient perdues leur teinte rosée à l'intérieur. Donne environ 24 morceaux.