

Karaage façon Just One Cookbook (🍱🍱🍱)

🍴 4 portions · ⌚ prep. 15m · 🕒 cuisson 15m

🌾 gluten 🥛 soja 🌬 sulfites

La version de référence de Namiko Chen : hauts de cuisse avec peau, marinade courte (30 min), double enrobage (farine puis féculé), double friture à températures croissantes (160°C puis 180°C). Ultra-croustillant.

Asie / Japon

INGRÉDIENTS

☐ hauts de cuisse de poulet, avec peau, désossés	700 g	☐ huile de sésame grillé	1/2 càc
☐ sel	1/2 càc	☐ farine	2 càs
☐ poivre noir	1/8 càc	☐ féculé de pomme de terre	2 càs
☐ gingembre, râpé, avec le jus	1/2 càc	☐ huile neutre, environ	1 l
☐ gousse d ail, râpée	1	☐ citron	
☐ sauce soja	1/2-1 càs	☐ mayonnaise Kewpie	
☐ sake	1/2 càs	☐ shichimi togarashi	

PRÉPARATION

— Marinade —

1. Couper les *hauts de cuisse de poulet* en morceaux de 5 cm. Assaisonner de *sel* et de *poivre noir*.
2. Ajouter le *gingembre*, la *gousse d ail*, la *sauce soja*, le *sake* et l'*huile de sésame grillé*.
3. Mélanger pour enrober, couvrir et mariner au *réfrigérateur* pendant 30 minutes exactement.

— Double enrobage —

4. Disposer la *farine* et la *féculé de pomme de terre* en deux tas séparés sur une *assiette plate*.
5. Enrober chaque morceau de poulet d'abord dans la *farine*, puis dans la *féculé*. Secouer légèrement pour retirer l'excès.

— Double friture —

6. Faire chauffer l'*huile neutre* dans une *casserole profonde* à 160 °C.
7. Frire les morceaux par petites fournées (3-5 pièces max) pendant 90 secondes. Transférer sur une *grille* pour égoutter.
8. Monter la température de l'huile à 180 °C.
9. Replonger les morceaux pour une **seconde friture** de 45 secondes jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

10. Servir chaud avec des quartiers de citron, de la mayonnaise Kewpie et du shichimi togarashi.

*****30 minutes de marinade, pas plus**** : au-delà la sauce soja commence à « cuire » la viande et la texture se dégrade.*

*****Double enrobage**** (farine PUIS fécule) : la farine adhère à la viande humide, la fécule crée la croûte croustillante. Les deux couches ensemble donnent un résultat supérieur à la fécule seule.*

*****Températures croissantes**** (160°C → 180°C) : la première friture basse cuit le poulet doucement, la seconde haute croustille l'enrobage. C'est plus précis que de frire deux fois à la même température.*

*****Avec la peau**** : la peau protège la viande de l'huile et ajoute du croustillant. Ne pas la retirer.*

***Ne pas surcharger le bain de friture (3-5 pièces max)** : trop de morceaux font chuter la température et le poulet absorbe l'huile au lieu de frire.*

traditionnel