



*Autres volailles*

# Coquelet au miel et au safran



**45 min** 10 min 35 min **0** **570**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Coquelets

1 kg **Coquelet**

## Assaisonnement

6 c. à soupe **Miel liquide**  
3 g **Safran en filaments**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
2 c. à soupe **Vinaigre de cidre**  
1 **Sel**  
1 **Poivre noir**

## Étape 1

Préparation de l'assaisonnement

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- 2 Verser le miel dans un bol et le mélanger avec l'huile et le vinaigre.
- 3 Ajouter le safran et mélanger.

## Étape 2

Cuisson

- 1 Assaisonner l'intérieur et l'extérieur des coquelets. Les placer dans un plat et les enduire entièrement de sauce au miel, à l'aide d'un pinceau.
- 2 Enfourner les coquelets et faire cuire pendant 35 minutes.
- 3 Les arroser de temps en temps avec le jus de cuisson pour ne pas que la viande se dessèche.

## Étape 3

Dressage

- 1 Servir les coquelets chauds, découpés en morceaux.