

Poulet sauce aux agrumes

Sauce aux agrumes :

Zeste de 1 orange, coupé en lanière fines

250 mL (1 tasse) de jus d'orange

60 mL (1/4 tasse) de marmelade d'orange

30 mL (2 c. à table) de jus de citron

10 mL (2 c. à thé) de moutarde de dijon

60 mL (1/4 tasse) d'eau

(épaissir avec de la farine si nécessaire)

Faire revenir des piments orange et /ou jaune avec des lanières de gingembre

Ouvrir les poitrines de poulet et y mettre les légumes et garnir de sauce