Christophe Casazza

Beurres et Sauces

Marinade d'agrumes

10 min	10 min	0	0	166
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la marinade

1. Couper un citron en deux, extraire le jus à l'aide d'un presse agrumes.
2. Répéter l'opération avec l'orange. Verser les jus dans un cul de poule, ajouter le miel liquide.
3. Mélanger avec une cuillère, puis incorporer l'huile d'olive, le quatre épices et le rhum.
4. Assaisonner de sel et de poivre, remuer.
5. Passer préalablement le miel au micro-ondes pour le rendre plus fluide.

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour la marinade d'agrumes

- 2 **Citron(s) vert(s)**
- 1 **Orange(s)**
- 5 c. à soupe **Miel liquide**
- 4 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 c. à soupe **Rhum**
- 1 c. à café **Quatre-épices**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**