

Marinade passe-partout à la salicorne, à la livèche et à l'argousier



Recette et photo par Les Minettes

Portions: 2 / 3 tasse (160 ml)

Temps de préparation: 5-8 minutes

Ingrédients

2/3 tasse (160 ml) salicorne* marinée et égouttée ou salicorne fraîche

1 échalote, épluchée et coupée en 4

2 gousses d'ail, épluchées

10 feuilles de livèche (ou 1 branche de céleri avec les feuilles, coupé en petits tronçons)

3 c. à soupe (45 ml) pulpe d'argousier (ou l'équivalent de sumac vinaigrier ou le zeste d'un citron)

1 c. à thé (5 ml) piment Gorria

1 c. à thé (5 ml) fleur de sel

3 c. à soupe (45 ml) miel

1 c. à soupe (15 ml) huile végétale (tournesol ou canola)

**Cliquez sur les ingrédients surlignés pour en apprendre plus sur eux.*

Préparation

1. Mettre tous les ingrédients dans un petit robot coupe et mixer jusqu'à ce que le tout soit haché finement. Ou hacher le tout à la main.

Quelques idées pour utiliser cette marinade:

- Poulet entier ou pilons: Soulever la peau du poulet et insérer 2/3 de la marinade entre la chair et la peau. Saler un peu la peau et huiler légèrement. Laisser reposer au frigo 2 heures. Cuire selon votre méthode habituelle. Utiliser le tiers restant de la marinade pour y tremper les morceaux de poulet cuit!
- Côtelettes de porc: Saler les côtelettes et cuire au four ou sur le BBQ selon votre méthode habituelle. Une fois cuites, badigeonner les côtelettes de la marinade et servir.
- Poisson et crevettes: Recouvrir les filets ou les crevettes d'une généreuse couche de marinade. Laisser reposer au frigo 2 heures. Cuire au four selon votre méthode habituelle.
- Tofu: Couper des tranches de tofu ferme et recouvrir du 2/3 de la marinade. Laisser reposer au frigo 4 heures. Cuire au four, dans une poêle ou sur le barbecue. Utiliser le tiers restant de la marinade pour y tremper les morceaux de tofu!
- Légumes:
 - Napper vos légumes grillés (au BBQ!) de saison de cette marinade: asperges, têtes de violon, aubergines, haricots, fenouil, etc. On vous l'a dit, elle est ultra passe-partout!
 - Couper des tranches de courgettes sur la longueur ou des rondelles d'aubergines, recouvrir de la marinade et cuire selon votre méthode habituelle.
- Pizza: Recouvrir une pâte à pizza, un pain pita ou un pain naan d'une généreuse portion de marinade. Ajouter une bonne mozzarella ou du feta et cuire au four selon votre méthode habituelle.

Lien vers la recette:

<https://cariboumag.com/2020/06/marinade-passe-partout-a-la-salicorne-a-la-liveche-et-a-largous-ier/>