



Marinade à la bière d'abbaye



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

- 1 1/2 décilitres de bière d'abbaye (brune)
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 échalot (hachée finement)
- 1 orange (zeste + jus)
- 1 cuillère à soupe de gingembre (hachée finement)
- 2 gousses d'ail (hachée finement)
- 2 cuillères à soupe de sauce worcestershire
- 2 feuilles de laurier (émiettées)
- 3 cuillères à soupe de persil plat (hachée finement)

Méthode de préparation

- 1.** Dans un poêlon, portez la bière à ébullition. Baissez le feu.
- 2.** Ajoutez la cassonade, l'huile d'olive, la sauce soja, l'échalote, le zeste et le jus de l'orange, le gingembre, l'ail, la sauce Worcestershire, le laurier et le persil plat. Laissez mijoter pendant 3 minutes. Laissez refroidir.
- 3.** Versez la marinade dans un sac de congélation refermable et laissez mariner la viande dans le sac pendant au moins 30 minutes.