

# Marinade au chili, coriandre et lime

- La meilleure recette de marinade au chili, coriandre et lime!



PRÉPARATION  
5 MIN

TEMPS TOTAL  
5 MIN

PORTIONS  
4

## Ingrédients :

- 4 poitrines de poulet

## Marinade :

- 1/4 de tasse (65 ml) de jus de lime
- Le zeste d'une lime
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de coriandre fraîche
- 2 gousses d'ail émincées
- 1 cuillère à té de sel
- 1 cuillère à thé de cassonade ou de miel
- 1 cuillère à thé de flocons de poivre de cayenne
- 1/2 cuillère à thé de cumin

## Préparation :

1. Mélanger tous les ingrédients de la marinade dans un bol.
2. Ajouter les poitrines de poulet dans un grand sac ziplock. Verser la marinade.
3. Réfrigérez pendant au moins 1 heure ou encore mieux, pour 24 heures.
4. Préchauffer le barbecue, à feu moyen élevé et faire griller pour 5 minutes de chaque côté.
5. Servir avec de la salade ou dans des tortillas!

*Aujourd'hui, je vous propose une marinade absolument parfaite pour le poulet... Ça a un très bon goût et ça fait changement des marinades habituelles :)*

“

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)