

# metro



## Marinade épicée aux trois moutardes et à la bière (viandes rouges)

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote



Sans Lactose

375

ML

0:05

PRÉPARATION

0:00

CUISSON

0:05

TEMPS TOTAL

### Ingrédients

125 ml Huile d'olive  
(1/2 tasse)

250 ml Bière  
(1 tasse)

5 ml Moutarde en poudre  
(1 c. à thé)

15 ml Moutarde de Dijon  
(1 c. à soupe)

15 ml Moutarde de Meaux  
(1 c. à soupe)

1 ml Poivre de cayenne  
(1/4 c. à thé)

Au goût, sauce forte au choix (harissa, tabasco)

### Préparation

Dans un bol, verser l'huile et la bière. Incorporer les trois moutardes et le poivre de Cayenne tout en fouettant.

Assaisonner au goût de sauce forte. Mélanger de nouveau. Réfrigérer.

Source : Metro

### Mentions légales

#### Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

