

Marinade Soleil



4 personnes



15 minutes



Facile

Ingrédients

- 500 g de blancs de poulet
- 4 c. à soupe huile d'olive
- 4 c. à soupe téquila
- 1/2 citron vert
- 4 gousses d'ail
- Sel, poivre

Préparation

Dans un saladier, versez l'huile d'olive, la téquila, le jus de citron vert.

Coupez finement l'ail. Salez, poivrez.

Coupez les blancs coupés finement en escalopes (pour faire des brochettes).

Laissez ensuite mariner deux bonnes heures avant de déguster avec une bonne purée maison.

