

Poulet mariné au barbecue



Pour 6 personnes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 20 minutes

Ingrédients :

- 500g de blanc de poulet
- 1 c. à soupe de miel
- 1 c. à soupe de moutarde
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- Sel, Poivre Lorem ipsum
- Herbes de provence

1- Préparation de la marinade :

Mélanger les ingrédients pour la marinade.

Enduire le poulet avec la marinade et laisser reposer 3 heures au frais.

2- Cuisson de la viande :

Cuire le poulet mariné au barbecue pendant 20 min (environ 10 min de chaque côté).

Astuce : dégustez votre poulet mariné avec une délicieuse brochette de légumes du jardin.

Bonne dégustation !

 le p'tit fermier
de Kervihan