Marinade verte maison au persil, à l’ail et au citron

Assaisonnements & Marinades · Gabon



15 min	PREPARATION
15 min	CUISSON
pers.	PORTIONS
Facile	DIFFICULTE

> *La marinade verte maison au persil, à l’ail et au citron est une préparation fraîche, parfumée et légèrement acidulée, idéale pour relever les viandes, les volailles, les poissons et les légumes. Son mélange d’herbes et d’aromates apporte une saveur naturelle et généreuse aux recettes.*

Ingredients

petite botte de persil frais, soit environ 30 g
1

tiges d’oignon nouveau, soit environ 40 g
4

petit poivron vert, soit environ 100 g après nettoyage
1

gousses d’ail moyennes, soit environ 25 g
8

morceau de gingembre frais
1

de sel fin
1.2 c. à café

de jus de citron, soit 15 ml
1 c. à soupe

d’huile végétale, soit 60 ml
4

Preparation

1
Laver les végétaux. Rincez le persil, les oignons nouveaux et le poivron à l’eau potable.

2
Égoutter et sécher. Séchez soigneusement les herbes et les légumes pour obtenir une pâte concentrée.

3
Préparer le persil. Retirez les grosses tiges et les feuilles abîmées. Conservez les feuilles et les tiges fines.

4
Découper les oignons nouveaux. Retirez les racines et les parties flétries. Coupez les bases blanches et les feuilles vertes tendres en morceaux.

5
Préparer le poivron. Retirez le pédoncule, les graines et les membranes blanches. Découpez la chair en petits morceaux.

6
Préparer l’ail et le gingembre. Épluchez-les, puis coupez le gingembre en fines lamelles.

7

Remplir le robot. Placez le persil dans le bol et hachez-le brièvement. Ajoutez les oignons nouveaux, le poivron, l’ail et le gingembre.

8

Ajouter les assaisonnements. Incorporez le sel, le jus de citron et l’huile.

9

Mixer progressivement. Mixez par impulsions, en arrêtant l’appareil pour racler les parois. Vous devez obtenir une pâte verte épaisse, finement granuleuse et facile à étaler.

10

Goûter et conditionner. Goûtez avec une cuillère propre, avant tout contact avec des produits animaux crus. Transférez dans un bocal fermé et réfrigérez immédiatement. Congelez les portions que vous ne comptez pas utiliser rapidement.

Conseils du chef

Séchez bien le persil : cela évite une marinade trop liquide. Dosez le citron avec précision : respectez les temps courts de marinade pour le poisson. Gardez une texture légèrement granuleuse : mixez par impulsions plutôt que longuement. Congelez le surplus dès la préparation : une couche d’huile ne remplace pas une conservation au froid.