

Brochettes de poulet bière & miel

Ingrédients pour 4 brochettes :

- 3 gousses d'ail émincée
- 190 ml de bière
- 85 g de miel
- 1 cuillère à café de piment de Cayenne
- 1 cuillère à café de moutarde de Dijon
- 65 ml de sauce soya
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 4 belles poitrines de poulet coupé en cubes

Préparation :

Coupez les morceaux de poulet en gros cubes.

Dans un bol, mélangez bien tous les ingrédients (sauf le poulet).

Ajoutez ensuite les cubes de poulet.

Couvrez et laissez mariner pendant 2 à 24 heures.

Allumez le barbecue à feu élevé.

Piquez les morceaux de poulet sur les pics à brochettes.

Réservez la marinade.

Mettez les brochettes sur le grill et badigeonnez de la marinade restante.

Faites cuire pendant environ 18 à 20 minutes.

Badigeonnez de marinade à la mi-cuisson.

<http://philomavie.blogspot.com>