

Marinade asiatique (Bedon Gourmand)

J'ai pris cette marinade chez [Isabelle](#). Nous avons tous aimé, le goût y est vraiment très doux. J'ai utilisé des poitrines de poulet désossées que j'ai coupées en cubes pour en faire des brochettes. Isabelle a utilisé des pilons de poulet et semble les avoir envoyé au four. Moi j'ai fait mariner mes cubes en peu plus de 24 heures et les ai fait cuire sur le BBQ. Je vous mets ma version de la cuisson.

Ingrédients

- 1/3 tasse de sauce hoisin
- 1/4 tasse de ketchup
- 1/3 tasse de miel liquide
- 1 c. à thé de zeste d'orange râpé
- 2 c. à soupe de jus d'orange
- 1 c. à table de moutarde à l'ancienne
- 2 c. à thé de sauce Worcestershire
- 1 c. à thé de gingembre moulu
- 3 gousses d'ail hachées finement
- 1/4 c. à thé de piment de Cayenne
- 12 pilons de poulet, peau enlevée (moi des poitrines désossées) (1.5 kg en tout)

Préparation

1. Faire cuire sur le BBQ

Source: Le Palais Gourmand