

# Épices pour marinade maison.

*Un mélange d'épices pour marinades à faire soi-même facilement et très rapidement. Ce mélange vous servira dans toutes vos marinades. Bien entendu, vous avez la possibilité de modifier les quantités et même d'ajouter les épices que vous aimez. Ce mélange allie plusieurs saveurs et accompagne parfaitement toutes vos viandes*

## **Ingrédients :**

- 2 CàS de graines de moutarde
- 1 CàS de baies de piment de la Jamaïque
- 2 CàC de graines de coriandre
- 2 piments oiseaux
- 1/2 CàC de gingembre moulu
- 2 feuilles de laurier
- 2 bâtons de cannelle



## **Préparation :**

- Fendez les piments oiseaux et retirez les pépins (vous pouvez en laisser si vous souhaitez que cela pique). Découpez-les en petits morceaux.
- Mélangez toutes les épices et concassez-les avec un mortier, enfin ce que vous aurez sous la main, et c'est prêt !

*Ajoutez ce mélange à de l'huile d'olive de bonne qualité ou alors dans une marinade à base de vin ou de cidre*