

# Les beaux jours reviennent ...

## Les BARBECUES aussi !

Les Français aiment les grillades et tous les ans dès que les beaux jours pointent le bout de leur nez, une bonne odeur de barbecue enchante nos soirées d'été.



### Grillades : Du nouveau !

Il fut un temps où les barbecues se résument à chipolata, merguez et côte de bœuf. Ces classiques ont certes encore la côte mais de petits nouveaux tout aussi savoureux ont fait leur apparition ces dernières années.

Les saucisses se déclinent désormais aux herbes de Provence, aux épices ou encore aux champignons ; les merguez sont au porc mais aussi au bœuf ; et les ribs marinés sont arrivés tout droit des USA !

### D'ailleurs... Et si on apprenait à préparer une marinade ?

Que ce soit pour le bœuf, le poulet ou le porc, les marinades permettent de découvrir de nouvelles saveurs. Voici quelques idées pour donner un peu de fantaisie à vos viandes préférées :

**Pour le porc :** La marinade aigre-douce ira à ravir ! Il vous suffit de mélanger 2 cas de vinaigre balsamique, 2 cas d'huile d'olive, 2 cas de miel liquide, une gousse d'ail émincée et un peu de moutarde.

**Pour la volaille :** Une marinade moutarde & miel est idéale ! Mélangez 3 cas de moutarde de Dijon avec 2 cas de moutarde à l'ancienne. Ajoutez l'équivalent de 45ml d'huile d'olive et le jus d'un citron. Mélangez puis ajoutez 3 cas de miel liquide ainsi que du sel et du poivre.

## **Pour le bœuf, C'EST INTERDIT CHEZ A&M !**

L'idéal est de laisser mariner au frais pendant 12h avant de faire griller au barbecue ou à la plancha. Pensez à conserver un peu de marinade pour arroser vos grillades en cours de cuisson.

Retrouvez les conseils de notre producteur William Decock pour faire cuire vos viandes !

[Cliquez ici pour les découvrir !](#)