



Marinade cuite pour les viandes



Ingrédients

- Pour 4 personnes
- 3 verres de vin rouge
- 2 carottes épluchées et coupées en rondelles
- 2 échalotes émincées
- 3 gousses d'ail pilées
- Quelques grains de poivre noir
- 1 cuillère à café de sel



Préparation

- Mélanger tous les ingrédients dans une casserole et les laisser cuire 15 mn.
- Laisser refroidir.
- Laisser mariner la viande une nuit au réfrigérateur.

