Marinade rouge

Assaisonnements & Marinades · Gabon



30 min	PREPARATION
30 min	CUISSON
pers.	PORTIONS
Facile	DIFFICULTE

> *La Sauce Rouge Épicée aux Épices Fraîches est une marinade maison généreuse et parfumée, préparée à base de poivron rouge, de tomates, de piments, d'ail, de gingembre et d'épices.*

> *Elle se distingue par sa belle couleur rouge orangé intense et sa texture de purée d'aromates légèrement granuleuse, brillante et onctueuse.*
>
> *Elle est idéale pour mariner le poulet, le poisson, le bœuf, les brochettes et les fruits de mer.*
>
> *La composition exacte ne peut pas être déterminée à partir de la photographie seule. Voici une formulation adaptée pour reproduire l'aspect de la marinade et remplir un bol d'environ 500 ml.*

Ingredients

- **morceau de gingembre frais**
  1
- **gousses d'ail**
  6
- **gros poivron rouge (environ 180 g)**
  1
- **tomates rouges moyennes (environ 160 g)**
  2
- **petit oignon rouge (environ 60 g)**
  1
- **échalote**
  1
- **petits piments rouges frais (à ajuster selon le goût)**
  2
- **branches de persil frais**
  3
- **de paprika doux**
  1 c. à café
- **de piment de Cayenne (facultatif)**
  1 c. à café
- **de poivre noir moulu**
  1 c. à café
- **de thym séché**
  1 c. à café
- **de sel selon le gout**
  2 c. à café
- **de moutarde douce**
  2 c. à café
- **d'huile végétale**
  40 ml

de citron frais
15 ml

de vinaigre de cidre
15 ml

d'eau potable, uniquement si nécessaire
20 ml

Preparation

1
Préparer les légumes 1. Lavez soigneusement les tomates, le poivron rouge, les piments et le persil. 2. Retirez les graines et les parties blanches du poivron. 3. Épluchez l'oignon, l'échalote et les gousses d'ail. 4. Pelez le gingembre frais. 5. Coupez les tomates, le poivron et l'oignon en petits morceaux. 6. Hachez grossièrement le persil.

2
Mixer les ingrédients frais 1. Placez les morceaux de poivron rouge et de tomates dans un blender. 2. Ajoutez l'oignon, l'échalote, l'ail et le gingembre. 3. Incorporez les piments rouges et le persil. 4. Mixez pendant 1 à 2 minutes, sans ajouter d'eau au départ.

3
Incorporer les épices Ajoutez le paprika doux, le paprika fumé, le piment de Cayenne, le poivre noir, le thym, le sel et la moutarde. Mixez pendant 30 secondes afin de répartir les épices.

4
Obtenir une sauce onctueuse 1. Versez le jus de citron et le vinaigre. 2. Ajoutez progressivement l'huile végétale. 3. Mixez pendant 45 secondes à 1 minute. 4. Vérifiez la texture et ajoutez quelques millilitres d'eau uniquement si la préparation est trop compacte.

5
Ajuster la couleur et l'assaisonnement Goûtez la préparation. - Ajoutez une pincée de paprika pour intensifier la couleur rouge. - Ajoutez un peu de citron si vous souhaitez davantage de fraîcheur. - Rectifiez le sel. - Pour une sauce plus piquante, ajoutez progressivement du piment. Mixez brièvement après les ajustements.

6
Laisser reposer Versez la marinade dans un récipient propre et laissez reposer 15 minutes au réfrigérateur afin que les arômes se mélangent.

Conseils du chef

- Pour une belle couleur rouge : choisissez des poivrons et des tomates bien mûrs.
- Pour une texture identique à l'image : évitez d'ajouter trop d'eau. Les tomates contiennent déjà suffisamment de liquide.
- Pour une marinade plus épaisse : retirez une partie des graines et du jus des tomates avant de les mixer.
- Pour une saveur équilibrée : dosez progressivement le piment afin qu'il ne masque pas les autres aromates.
- Pour une préparation plus parfumée : utilisez du gingembre et de l'ail frais plutôt qu'en poudre.
- Pour la conservation : placez immédiatement la sauce dans un récipient hermétique au réfrigérateur à 4 °C ou moins et utilisez-la dans les 2 à 3 jours. Congelez le surplus en petites portions.

Béla Cuisine · Telecharge le 02/11/2026 · Bon appetit !