

## ✿✿✿✿ Marinade à la chinoise (poisson) ✿✿✿✿

**Temps de marinade** : au minimum 30 min

**Ingrédients** : (pour 4 personnes)

- Sauce soja : 4 cuillères à soupe
- Gingembre : 1 bonne pincée
- Citron : jus et zestes
- Poivre (Il n'y a pas de sel car la sauce soja est suffisamment salée)
- Graines de sésame et/ou graines de pavot (facultatif)

**Préparation** :

- Mélangez tous les ingrédients sauf les graines de sésame ou pavot, si vous en utilisez.
- Disposez les morceaux de poisson dans la marinade et réservez votre plat enveloppé d'un film transparent au réfrigérateur.
- Arrosez le poisson de temps en temps.
- Au moment de faire griller les morceaux de poisson, roulez-les dans les graines de sésame ou de pavot que vous aurez mis dans une assiette.
- Au cours de la grillade, vous pouvez badigeonner les morceaux de marinade à l'aide d'un pinceau.

Cette marinade est idéale pour le saumon, truite, ou sinon les poissons à chair blanche du type cabillaud.