

Sauce barbecue



Préparation : 5 min
Cuisson : **15 min**
Attente : =



Niveau : **Très Facile**

Liste des ingrédients		(pour 6/8 personnes)
Coulis de tomates	4 c. à soupe	
miel	3 c. à soupe	
Moutarde forte	3 c. à soupe	
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	
Ail	1 gousse	
Sumac*	2 c. à soupe	
Sel, poivre		

Recette sauce BBQ :

- Dans une casserole, mettre le miel, le coulis de tomates, la moutarde, l'ail écrasé, le vinaigre, le sumac et porter à ébullition. Assaisonner.
- Laisser frémir 15 minutes jusqu'à ce que la sauce épaisse légèrement.
- Cette sauce est délicieuse, elle accompagne très bien les viandes et volailles cuites au barbecue. Elle peut aussi recouvrir une viande à rôtir au four !

***Sumac** : Epice iranienne, poudre de baies rouges. Le sumac s'associe fort bien avec les poissons et crustacés, les viandes grillées et les brochettes, la pomme de terre, la betterave, les haricots verts, le riz.

Lapin à la sauce Barbecue :

Dans une sauteuse ou une grande poêle, faire chauffer l'huile et le beurre et y faire dorer les morceaux de lapin.

- Les disposer dans un plat à four, et recouvrir de sauce barbecue.
- Faire cuire 30 min à 210 ° (th 7).