

# metro



## Marinade à la lime et à l'orange

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote



Sans noix et sans arachides



Sans Gluten



Sans Lactose

350

ML

0:15

PRÉPARATION

0:15

CUISSON

0:30

TEMPS TOTAL

### Ingrédients

**250 ml** Jus d'orange  
(1 tasse)

**60 ml** Lime en jus  
(1/4 tasse)

**3** Gousses d'ail, hachées finement

**60 ml** Piment de cayenne  
(1/4 tasse)

**1/2 c. à thé** Origan

**5 ml** Graines de carvi moulues  
(1 c. à thé)

### Préparation

Faire mariner la viande dans le mélange.

Source : Metro

### Mentions légales

#### Recettes sans gluten

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculés certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

#### Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

#### Recettes sans noix et sans arachides

Assurez-vous de bien lire les étiquettes des produits utilisés pour vérifier s'ils sont exempts de noix et/ou d'arachides et de bien vérifier si les produits portent la mention « Peut contenir des noix et des arachides ».

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.