

## INGRÉDIENTS



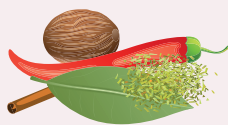
2 courgettes



1 c. à soupe  
de miel



1 citron



Gingembre



1 pincée de  
sel



1 c. à soupe  
d'huile d'olives

## MARINADE DE COURGETTES

**ÉTAPE 1 :** Laver soigneusement les courgettes et les essuyer, couper les bouts.

**ÉTAPE 2 :** Avec un couteau économe ou un éplucheur à légumes faire de longues bandes en partant d'un bout de la courgette jusqu'à l'autre.

**ÉTAPE 3 :** Mélanger tous les ingrédients de la marinade et arroser les bandes de courgettes crues avec ce mélange.

Laisser au réfrigérateur au moins une heure et servir bien frais.