

# OLIVES MARINÉES À LA PROVANÇALE



Recettes100faim.fr

## Ingrédients :

- 40 olives noires ou vertes (= 110g environ)
- 2 gousses d'ail
- Au choix : 6 grosses feuilles de basilic frais OU 2 belles branches de thym OU 1 càs d'herbes de Provence
- Huile d'olive 3 càs
- Citron jaune (jus) 1 càs
- Poivre

## Astuces

- Ajouter des cubes de fêta et des tomates séchées à votre marinade.
- Remplacer les herbes par du curry ou du mélange Cajun.

**Préparation : 10 minutes | Pas de cuisson**  
**Repos au frais : 24h | Pour 1 gros bol d'olives**

1. Sur une planche à découper : émincer la gousse d'ail et ciseler finement les feuilles de basilic OU émietter les branches de thym.
2. Dans un bol : mélanger les olives, l'huile d'olive, l'ail, le poivre, le jus de citron et le basilic ou le thym.
3. Couvrir le bol d'un film transparent et réserver au frais 24h pour que vos olives soient suffisamment marinées avant de servir.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

[www.recettes100faim.fr](http://www.recettes100faim.fr)