

Brochettes de boeuf à l'indonésienne

Servies avec une salade de concombre à la menthe

Métrique ▼

Pour 4 ▼ personnes

INGRÉDIENTS

1 kg de macreuse (viande de boeuf maigre) ou morceau de paleron coupé en cubes

Pour la marinade indonésienne

45 ml d'huile végétale
30 ml de sauce soya
15 ml d'huile de sésame
15 ml de gingembre frais haché
2 oignons vert hachés
2 petits piments forts épépinés et hachés
5 ml de sucre

Pour la salade de concombre à la menthe

60 ml de menthe ciselée
750 ml de concombre épépiné et coupé en cubes
65 ml d'oignon émincé
60 ml d'huile d'olive
Sel et poivre, au goût

INSTRUCTIONS

Préparation de la marinade indonésienne

Mélanger tous les ingrédients, puis y ajouter les cubes de viande. Couvrir et laisser mariner minimum 1 heure, ou jusqu'à 24 h, au frigo.

Préchauffer le barbecue à feu fort et huiler le gril.

Égoutter les cubes de boeuf et les enfiler sur des brochettes doubles.

Faire griller les brochettes au-dessus d'un gril très chaud environ 1 à 2 minutes de chaque côté. Le boeuf est prêt quand il est tendre et cuit au goût. L'idéal est de le manger saignant (6-7 minutes) ou rosé (8 minutes).

Préparation de la salade de concombres à la menthe

Déposer tous les ingrédients dans un bol. Assaisonner de sel et de poivre, bien mélanger et servir.

Recettes conçues et réalisées par des chefs

Incluant les recettes du maître du Grill

(2 votes)

Évaluer

Préparation : 15 min

Macération : 1 h

Cuisson : 6 à 8 min