



Spécialités de viande au prix du jour au rayon boucherie avec service



Filet d'Angus

Il se décline de mille et une façons. Notre conseil: le découper en médaillons et l'accompagner d'une sauce au whisky.



Rumstecks d'Angus

Saisir à feu vif, poursuivre à basse température. Idée d'accompagnement de saison: des asperges.



Une recette de

FOOBY
WE LOVE FOOD

ÉMINCÉ DE BŒUF THAÏ ÉPICÉ

Pour 4 personnes

274 kcal par personne

25 min de prép.

25 min en tout



IL VOUS FAUT

- huile d'arachide, pour la cuisson
- 500 g de rumsteck, coupé en fines lanières
- 2 échalotes, coupées en fines lamelles
- 2 gousses d'ail, hachées menu
- 4 piments rouges, épépinés, hachés grossièrement
- 4 cs de sauce d'huîtres
- 4 cs de sauce de poisson
- 1 cs de sucre brut en poudre
- ½ cs de jus de citron vert
- 1 cs de gingembre, râpé fin
- 4 cs de basilic thaï, coupé en fines lanières
- 3 cs de ciboule de Chine, ciselée

VOICI COMMENT FAIRE

Viande: faire chauffer un peu d'huile dans un wok ou une grande poêle et y faire revenir la viande par portion pendant env. 2 min. Faire revenir brièvement les échalotes, l'ail et les piments.

Sauce: mettre la sauce d'huîtres et le reste des ingrédients dans la même poêle, porter à ébullition. Ajouter la viande et faire chauffer brièvement le tout avant de servir.