



Phase : **Active**

Type: **Plat**

Recette: **Grillade de boeuf**

Calories
314 par personne

Préparation
15 min

Cuisson
15 min

Ingrédients

Pour 2 personnes

- 300 gr de steak de bœuf
- 300 gr de poivrons multicolores doux (Type Ramiro)
- 1 petite gousse d'ail
- Le zeste d'un citron
- 1 poignée de feuilles de coriandre
- 2 c.à.s d'huile d'olive
- 2 c.à.s de vinaigre balsamique blanc
- 2 c.à.s d'eau
- Gros sel
- Sel et poivre

Préparation

1. Badigeonner légèrement la viande avec l'huile et réserver
2. Préparer la sauce en mélangeant le reste d'huile, le vinaigre, l'eau, l'ail écrasé, le zeste de citron, le sel et le poivre.
3. Badigeonner les poivrons de sauce et les faire cuire environ 15 minutes sur les braises.
4. Griller la viande selon la cuisson désirée.
5. Ajouter une pincée de gros sel sur l'ensemble pendant la grillade.
6. Ajouter de la coriandre ciselée au reste de la sauce.