

Brochettes de bœuf piquantes à la sauce tomate

Temps de préparation: 10 mn

Temps de repos: 24 h

Temps de cuisson: 10 mn

Ingrédients pour 4 personnes:

- 600 g de de boeuf (tranche à fondue)
- 140 g de concentré de tomates
- 5 à 6 cuil. à soupe d'eau
- Tabasco
- 1 courgette
- 1 poivron jaune
- Sel

Recette:

1) La veille : préparer la marinade en mélangeant le concentré de tomates, l'eau, du tabasco selon le goût (2 ou 3 cuil. à café pour moi). Couper le boeuf en cubes, les déposer dans un récipient creux et verser la marinade dessus. Bien mélanger et réserver au frais pendant 24 heures.

2) Le jour: laver, épépiner le poivron et le couper en carrés. Laver et couper la courgette en rondelles. Préparer les brochettes en alternant un morceau de boeuf, un carré de poivron et une rondelle de courgette.

3) Cuire les brochettes sur un barbecue bien chaud pendant environ 10 mn. Déguster de suite accompagnées d'une belle salade composée par exemple ou d'épis de maïs grillés.

