

Brochettes de bœuf mariné



Temps de préparation: 2 heures

Temps de cuisson: 10 mn

Ingrédients pour 8 belles brochettes:

- 750 g de boeuf tendre (tranche à fondue)
- 20 cl de vin rouge
- 10 cl de vinaigre balsamique blanc
- 2 feuilles de laurier
- 1 branche de thym
- 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- 2 oignons jaunes
- 1 poivron jaune
- Fleur de sel

Recette:

1. Couper le boeuf en gros cubes et les déposer dans un plat creux. Ajouter les oignons épluchés et coupés en quartiers, le laurier et le thym. Verser le vin, le vinaigre et l'huile. Couvrir et laisser mariner au réfrigérateur pendant 2 heures.
2. Laver et couper le poivron en morceaux.
3. Préparer les brochettes en alternant sur chaque pic: un morceau de viande, un morceau de poivron, de l'oignon... etc
4. Cuire les brochettes cinq à dix minutes au barbecue en les retournant à mi-cuisson.
5. Déguster de suite assaisonnées de fleur de sel.