

Brochettes de bœufs et de légumes sauce tzatziki

Temps de préparation: 20 mn

Temps d'attente: 1 heure

Temps de cuisson: environ 30 mn

Ingrédients pour 6 personnes:

Pour les brochettes de légumes:

- 2 courgettes,
- 3 tomates,
- 1 poivron rouge
- 1 poivron orange
- 2 oignons
- 1 filet d'huile d'olive
- Fleur de sel

Pour les brochettes de bœuf:

- 800 g de bœuf (tranche à fondue)
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Quelques gouttes d'arôme saveur de Maggi
- Baies roses
- Fleur de sel

Pour la sauce:

- 1/2 concombre
- 1 yaourt à la grecque ou un yaourt bulgare
- 1 petit suisse nature
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olives
- 1 gousse d'ail
- Un peu de ciboulette
- Un petit bouquet de persil
- Sel, poivre.

Recette:

1. **Préparer la sauce:** mixer ensemble le concombre pelé, le yaourt, le petit suisse, la gousse d'ail pelée, le persil et la ciboulette. Saler et poivrer selon le goût. La sauce obtenue est assez liquide, pour une sauce plus épaisse mixer tous les ingrédients à l'exception du concombre puis ajouter celui-ci coupé en petits dés. Mettre au frais.
2. **Préparer les brochettes de bœuf:** couper le bœuf en cubes de tailles égales, déposer dans un récipient, verser l'huile d'olive dessus, saupoudrer de baies roses concassées et de fleur de sel, verser quelques gouttes d'arôme saveur, bien mélanger et laisser mariner au réfrigérateur pendant 1 heure en mélangeant de temps en temps. Laver et épépiner les poivrons puis les couper en petits morceaux carrés. Monter les brochettes en alternant morceaux de bœuf et poivrons. Cuire sur un barbecue bien chaud pendant 10 à 15 mn (selon le goût).
3. **Préparer les brochettes de légumes:** laver tous les légumes, peler les oignons et épépiner les poivrons. Couper les légumes en morceaux et les piquer sur des brochettes en bois en alternant les couleurs. Saupoudrer de fleur de sel et verser un filet d'huile d'olive. Faire griller sur un barbecue bien chaud pendant 10 à 15 mn selon la taille des morceaux de légumes.
4. Servir les brochettes bien chaudes avec la sauce.

