



35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé  
mickael.doire@traditionsarthoise.fr



Facile



4 personnes



5 min de préparation



15 min de cuisson

## Bavette grillée au thym et au maïs



**Suggestions:**

Côtes de Blaye

Saint Emilion

### Ingrédients

600g de bavette  
16 mini épis de maïs en boîte  
4 tomates  
1 boîte de persil  
2 échalotes  
1 cuillère à café de thym en poudre  
1 cuillère à soupe d'huile d'olive  
Sel et poivre

### Préparation

1 Peler et émincer finement les échalotes. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, ajouter les échalotes et les laisser fondre 5 minutes à feu doux.  
2 Ebouillanter, peler et épépiner les tomates. Les couper en dés. Les mettre dans une sauteuse, saler et poivrer. Ajouter les épis de maïs et le thym.  
3 Laisser cuire 15 minutes à découvert. Faire griller la bavette. Dresser et saupoudrer de persil haché.



### Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Vous pouvez ajouter des pommes de terre lors de la préparation de votre plat.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : [www.traditionsarthoise.fr](http://www.traditionsarthoise.fr)

Donnez votre avis sur  Tradition Sarthoise