

*Tradition
Sarthoise*

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



Facile



6 personnes



10 min de préparation



5 min de cuisson

Brochettes de bœuf aux épices



Suggestions:

Saint Emilion

Côtes du Rhône vil-
lage

Ingrédients

1kg de filet de bœuf
3 oranges
1 cuillère à soupe de
miel d'acacia
1 racine de gingembre
Paprika
Noix de muscade râpée
Sel, poivre

Préparation

- 1 Coupez le filet en gros cubes. Mettez-le dans un plat creux.
- 2 Dans un bol, mélangez le zeste d'une orange et son jus, le miel, la moitié de la racine de gingembre, une pincée de paprika, une pincée de noix de muscade râpée.
- 3 Laissez mariner 1 heure.
- 4 Faites griller rapidement, soit à la braise, soit sous le grilloir du four.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Vous pouvez accompagner ce plat avec des pommes de terre rôties

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur  Tradition Sarthoise