



EMINCÉ DE BŒUF MARINÉ

Façon Thai

🕒 TEMPS DE PRÉPARATION : 30 minutes (hors marinade) 🍳 CUISSON : 3 minutes NIVEAU : ★★★★★

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

Marinade :

- 1kg de tende de tranche
- 20g de gingembre en purée
- 20g de citronnelle (en purée ou en pulpe)
- 30g de coriandre (fraîche ou pousses de coriandre)
- 5g de sucre

Cuisson :

- 5cl d'huile neutre
- Sel / Poivre
- 20cl d'eau ou de bouillon de légumes

Dressage :

- 20g de noix de Cajou
- Coriandre
- Riz sauvage ou mélange de riz

MARINADE

Tailler la viande en fines tranches de 5mm d'épaisseur puis l'émincer en lamelles de 3cm de haut sur 0,5cm de large. Mélanger ensuite la viande avec tous les ingrédients (gingembre en purée, citronnelle, sucre et coriandre), saler et poivrer afin de former une marinade et laisser mariner pendant au moins 2 heures.

CUISSON

Faire sauter la viande marinée et émincée à feu vif pendant 3 minutes dans une poêle avec de l'huile neutre. Puis, déglacer avec de l'eau ou un bouillon de légumes.

DRESSAGE

Préparer le riz, le dresser ensuite dans un bol ou dans une assiette creuse avec la coriandre et les noix de Cajou puis ajouter la viande. Si besoin rajouter du sel et du poivre.

Tende de tranche



L'astuce du Chef

Portez attention à la marinade : plus la viande sera marinée, plus elle sera goûteuse ! Vous pouvez aussi ajouter de la coriandre et des noix de Cajou au riz pour relever encore plus le goût.