



Bœuf

Boeuf à la mexicaine et beurre à la coriandre et cébette



35 min **10 min** **15 min** **10 min** **318**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du beurre à la coriandre et cébette

- 1 Faire ramollir le beurre au micro-ondes pendant environ 15-20 minutes.
- 2 Il doit être mou et non pas fondu.
- 3 Enlever les feuilles de coriandre de leurs tiges puis jeter les tiges.
- 4 Ciseler finement les feuilles sur la planche à découper à l'aide d'un couteau de chef et les placer dans le bol.
- 5 Emincer finement les parties blanches et vertes claires de la cébette. Jeter les parties vertes foncées.
- 6 Mélanger le tout à l'aide d'une cuillère en bois et assaisonner avec du sel.
- 7 A l'aide d'une spatule en exoglass, répartir le beurre au centre d'un papier sulfurisé.
- 8 Faire un tube avec le papier sulfurisé puis enrouler les bouts comme pour l'emballage d'un bonbon.
- 9 Réserver le beurre au réfrigérateur.

Étape 2

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le boeuf

60 g **Beurre doux**
1 c. à soupe **Coriandre**
1 **Cébette thai**
1 c. à café **Gros sel**

Ingrédients pour la marinade mexicaine

1.5 c. à café **Paprika**
1 c. à café **Cumin (en
poudre)**
1 c. à café **Sucre roux**
1 c. à café **Gros sel**
1.5 c. à café **Piment(s)**

Ingrédients pour le steak

680 g **Bavette(s) de
boeuf**
1 c. à café **Huile d'olive**

Préparation de la marinade mexicaine

- 1 Mélanger le paprika, la piment en poudre, le cumin en poudre, le sucre et le sel dans un bol.

Étape 3

Préparation du steak

- 1 Allumer un barbecue ou faire chauffer un barbecue à gaz à moyenne-haute température.
- 2 Badigeonner le steak avec un peu d'huile d'olive.
- 3 Enduire le steak d'épices des deux côtés et le placer sur la grille du barbecue.
- 4 Pour un steak de taille moyenne, faire griller pendant environ 15 minutes, en le retournant environ 10 minutes après à l'aide de pinces de cuisine.
- 5 Placer ensuite le steak sur la planche à découper et laisser refroidir pendant 5-10 minutes.
- 6 Cela va permettre au jus d'être bien absorbé par la viande.
- 7 A l'aide d'une fourchette baïonnette et d'un couteau de chef, couper la viande contre le grain en fines tranches.
- 8 Couper la viande de cette façon la rend très tendre.

Étape 4

Dressage

- 1 Couper le citron vert en quartiers.
- 2 Sortir le beurre du réfrigérateur.
- 3 Dérouler le papier sulfurisé et couper le beurre en tranches.
- 4 A l'aide de pinces de cuisine, répartir les morceaux de viande dans des assiettes individuelles.
- 5 Ajouter un peu de beurre sur chaque morceau.
- 6 Garnir chaque assiette avec un brin de coriandre et les quartiers de citrons verts.
- 7 Servir immédiatement.

Ingrédients pour le dressage

- 1 Citron(s) vert(s)
4 branche(s) Coriandre