



# Brochettes de viande hachée grillées à l'ail et au basilic



La différence est là.

 Durée totale: 30 min

 Temps actif: 30 min

 Facile



## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 600 g** viande hachée de bœuf suisse
- 2** ail finement haché
- 1 cc** huile végétale
- 4 cs** sauce barbecue
- 1 bouquet** basilic
- sel et poivre noir du moulin
- 10** feuilles de salade
- 40 g** noix de cajou rôties, hachées grossièrement

## Valeurs nutritives

1 portion (sans le couscous) contient env.:

- 321** kcal
- 35 g** de protéines
- 7 g** de glucides
- 17 g** de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

### Vous préférez l'agneau?

Ces brochettes sont aussi délicieuses avec de la viande hachée d'agneau.

## Préparation

- 1** Peler l'ail, le faire dorer dans l'huile. Bien mélanger avec la viande hachée, la sauce barbecue, la moitié du basilic haché, du sel et du poivre.
- 2** Former 8-10 petites saucisses épaisses et les piquer sur des brochettes en bois.
- 3** Griller 8 -10 minutes en les retournant. Répartir les brochettes sur la salade, parsemer de noix de cajou et du reste de basilic.

Accompagner de couscous.

Sur [viandesuisse.ch](https://viandesuisse.ch), tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



**La différence est là.**

**Sur [viandesuisse.ch](https://viandesuisse.ch), tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.**