



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, 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, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.