



# Rumpsteak de bœuf du grill avec tomates cerises



La différence est là.

 Durée totale: 25 min

 Temps actif: 15 min

 Moyenne



## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1** rumpsteak de bœuf (env. 800 g)
- huile de pépins de raisin
- sel marin
- 500 g** tomates cerises en branche
- sel
- poivre de Madagascar
- thym citron
- 1 pincée** sucre vanillé

## Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 438** kcal
- 56 g** de protéines
- 5 g** de glucides
- 22 g** de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

### Seule la meilleure nourriture.

Nos animaux de rente reçoivent uniquement des aliments contrôlés et respectueux de l'espèce et de l'environnement: sans OGM, ni farines animales ni hormones ou antibiotiques pour stimuler les performances.

## Préparation

- 1** Sortir le rumpsteak du réfrigérateur 2 heures à l'avance. Frotter avec un peu d'huile juste avant le rôtissage. Pour les tomates cerises en branche, passer sous l'eau une feuille de papier sulfurisé chiffonnée pour qu'elle soit légèrement humide.
- 2** Laver les tomates cerises, les poser sur le papier sulfurisé, assaisonner de sel, de poivre de Madagascar, de thym citron et de sucre vanillé.
- 3**

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.**

Préchauffer le gril à 220-225° C, saisir la viande à feu vif pendant env. 3 minutes de chaque côté. Cuire ensuite à chaleur indirecte à 100-120° C pour atteindre la température à cœur souhaitée – env. 59° C pour une cuisson à point.

4 Pour les tomates cerises, réunir les coins du papier sulfurisé afin de former une sorte de papillote. La poser sur la partie indirecte du gril et faire cuire env. 10-15 minutes.

5 Laisser reposer la viande à couvert env. 2-3 minutes, bien saler, trancher et servir avec les tomates cerises.

**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.**