


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.

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.

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