

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM

BAVETTE DE BŒUF À L'AIL



1 Bavette d'environ 500gr (pour 2 personnes)

1/4 tasse d'huile

1 c. à table de jus de citron

2 gousses d'ail hachées finement

1 c. à table d'origan séché (ou 2 à 3 c. à table si origan frais)

2 c. à table de persil haché

1/2 c. à thé paprika

1/4 c. à thé sucre

Sel et poivre

Mélanger tous les ingrédients, ciseler un côté de la bavette pour permettre à la marinade de mieux pénétrer et superposez les morceaux de bavette en répartissant sur chacun la marinade. Mettre au réfrigérateur et laisser mariner au minimum 8 heures, ou idéalement 24 heures. Retourner et répartir la marinade à mi-temps.

Il ne vous restera qu'à faire cuire votre bavette sur le BBQ ou selon la méthode de votre choix. Nous vous suggérons sur le BBQ environ 4 à 6 minutes de chaque côté selon l'épaisseur.

Pour en apprécier la tendreté, la bavette doit être servie saignante ou à la limite medium saignante. Sinon vous pourrez choisir une autre pièce de viande qui tolère les différents type de cuisson comme le contre-filet ou même le "T-Bone".

SIMON CHAREST

Mettez du plaisir dans votre assiette, WWW.SIMONCHAREST.COM