



Voici une recette simple et savoureuse de côte de bœuf à la plancha.



INGREDIENTS

Ingrédients pour 4 personnes :

1 kg de côte de bœuf

4 échalotes

fleur de sel

poivre.



PREPARATION

1. Faites chauffer votre plancha.
2. Une fois bien chaude déposez la côte de bœuf et faites-la cuire 10 minutes de chaque côté.
3. Ensuite découpez la côte de bœuf en tranches généreuses et laissez cuire selon votre goût entre 8 à 12 minutes.
4. Pendant ce temps épluchez et ciselez les échalotes.
5. En fin de cuisson, au moment de servir, salez et poivrez les tranches de viandes et déposez les morceaux d'échalotes.

Servez la côte de bœuf avec des légumes cuits à la plancha :

poivrons, courgettes, aubergines, tomates, pommes de terres, champignons, oignons... c'est au choix !

Recette : Forge Adour

//

//

//