



4 personnes



10 min



5min

Hampe de bœuf à la Créole

Dans un plat creux, mélangez le vinaigre, l'huile, l'ail haché et le miel. Placez les hampes à mariner durant une heure environ. Pendant ce temps, mélangez intimement le beurre mou avec le curry, le persil haché, le sel et le poivre. Quand la viande est marinée, saisissez-la sur un grill ou une plancha puis passez chaque steak dans la marinade, ajoutez une noix de beurre parfumé dessus et servez.

50g de beurre mou
1 c. à s. de curry
1 c. à c. de persil
1 c. à s. de miel
4 hampes de boeuf
4 gousses d'ail
4 c. à s. de vinaigre
4 c. à s. d'huile de colza