



4 personnes



30 min



8 min

Brochettes de boeuf aux poivrons

Pièce à brochette

1 poivron vert

1 poivron rouge

1 oignon

1 pot de moutarde

1 gousse d'ail

Coupez la viande en gros cubes et mettez-la dans un saladier.

Pelez, dégermez et écrasez l'ail.

Dans un récipient, mélangez l'ail avec de la moutarde, un peu d'huile d'olive, du sel et du poivre.

Ajoutez la viande pour la faire mariner. Couvrez d'un film alimentaire et placez au réfrigérateur pendant 1 matinée.

Dans un autre saladier, mélangez les légumes coupés en petits morceaux avec du thym, de l'huile d'olive du sel et du poivre.

Couvrez d'un film et placez au réfrigérateur.

Montez les brochettes.

Cuisez-les au barbecue ou à la plancha.