

Envie de bœuf ?

Os à moelle Natura-Beef et poivrons Padrón au grill



La recette d'aujourd'hui est présentée dans l'esprit « from nose to tail ». La moelle osseuse est considérée comme un mets délicat par les connaisseurs et a un petit goût de noisette, légèrement épicé. A servir avec des tranches de pain grillé et des poivrons verts comme délicieuse entrée. Faites-nous part de vos expériences culinaires à l'adresse organisation@beef.ch.



Ingrédients (pour 8 personnes comme accompagnement ou comme entrée)

4 os à moelle Natura-Beef (coupés dans la longueur) ou
8 os à moelle Natura-Beef (coupés en largeur)
Fleur de sel
Poivre
Persil plat haché
Câpres

Pain à griller

Env. 500g de poivrons Padrón (petits poivrons verts à griller)

Préparation des os à moelle Natura-Beef

Faites dorer rapidement les os à moelle des deux côtés jusqu'à ce qu'ils ne soient plus saignants (les os à moelle coupés dans le sens de la longueur nécessitent environ 8 minutes de chaque côté, en largeur 2 minutes de chaque côté suffisent). En même temps, faites griller des tranches de pain.

Retirez la moelle, si nécessaire remuez légèrement, et étalez-la sur les tranches de pain grillé. Assaisonnez à votre goût avec de la fleur de sel, du poivre, des câpres et du persil haché.

Préparation des poivrons Padrón

Nettoyer bien les poivrons sous l'eau.

Huilez légèrement un plat résistant au grill et placez-y les poivrons. Placez le plat directement sur le grill. Tournez les poivrons après environ 10 minutes. Après 10 minutes supplémentaires, égouttez-les sur du papier absorbant assaisonnez les avec du gros sel marin, et servez-les chauds ou froids.



Bon appétit !

Recette et photos : Big Green Egg Head et eat-this.org