

Rosbif grillé façon pastrami

durée totale **780 min.** 15 min. temps de préparation 45 min. temps de cuisson 720 min. temps de marinade

Données nutritionnelles (par portion):
3529 kJ / 843 kcal

Matières grasses: **35 g** Protéines: **64 g**
Glucides: **67 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

1 tasse de sucre brun
250 ml Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
100 ml Assaisonnement de cuisine sucré de style Mirin Kikkoman
250 ml d'eau
400 g de faux-filet de bœuf (ou de poitrine)

Assaisonnement :

1 càs d'ail granulé
1,5 càc de poivre moulu
1 càc de coriandre moulue
1 càc de gingembre moulu

Pour servir :

1 cornichon de type Gherkin
8 petites tranches de pain non complet
2 càs de moutarde
100 g de choucroute
1 càc de miel

PRÉPARATION

Étape 1

1 tasse de sucre brun - **250 ml** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **100 ml** Assaisonnement de cuisine sucré de style Mirin Kikkoman - **250 ml** d'eau - **400 g** de faux-filet de bœuf (ou de poitrine)
Mélanger le sucre brun, la sauce soja Kikkoman, l'assaisonnement sucré de style Mirin Kikkoman et l'eau. Placer la viande dans la marinade et mettre au frais pendant 1 à 2 jours.

Étape 2

1 càs d'ail granulé - **1,5 càc** de poivre moulu - **1 càc** de coriandre moulue - **1 càc** de gingembre moulu
Une fois que la viande a bien mariné, la sortir du frigo et de sa marinade. Assaisonner avec le mélange d'épices ci-dessus.

Étape 3

Placer la viande sur le grill. Retourner de temps à autre et laisser cuire 30 à 40 minutes selon vos préférences en termes de cuisson. 10 minutes environ après la cuisson, couper la viande en tranches.

Étape 4

1 gherkin - **8** small slices of light-coloured bread - **2 càs** mustard - **100 g** sauerkraut - **1 càc** honey
Faire revenir la choucroute avec la moutarde et le miel.

Servir vos tranches de viande avec la choucroute frite et le cornichon tranché sur du pain tartiné de moutarde.

