KIKKOMAN

Sandwich de bœuf épicé aux pickles croquants

durée totale **40 min.** **15 min.** temps de préparation **10 min.** temps de cuisson **15 min.** temps de marinade

Données nutritionnelles (par portion):
2.175 kJ / 520 kcal

Matières grasses: **22 g** Protéines: **33 g**
Glucides: **45 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

240 g	de steak de bœuf
40 g	Sauce chili épicée pour Kimchi Kikkoman
80 g	de concombre
80 g	de carotte
20 ml	de vinaigre de riz
1 càs	de miel
80 g	de tomates cerises
2	petits pains briochés
20 g	de mayonnaise
2 poignées de	roquette

PRÉPARATION

Étape 1

240 g de steak de bœuf - **40 g** Sauce chili épicée pour Kimchi Kikkoman
Faire mariner le bœuf dans la sauce chili Kikkoman pour kimchi pendant 15 minutes, puis le faire frire ou griller pendant 3 à 4 minutes de chaque côté. Couper le bœuf en fines tranches.

Étape 2

80 g de concombre frais - **80 g** de carottes - **20 ml** de vinaigre de riz - **1 càs** de miel - **80 g** de tomates cerise
Couper le concombre et la carotte pelée en fines rondelles, puis trancher les tomates cerises. Mélanger le tout avec le vinaigre et le miel, puis laisser mariner pendant au moins 15 minutes.

Étape 3

2 petits pains briochés - **20 g** de mayonnaise - **2 poignées de** roquette
Couper les petits pains en deux et les faire légèrement griller. Tartiner la mayonnaise sur les moitiés inférieures, puis disposer les tranches de bœuf, la roquette, les tomates et les cornichons et carottes marinés. Refermer les sandwichs et les servir chauds ou froids.