

Côte de bœuf aux épices fajitas

Côte de boeuf aux épices fajitas et légumes grillés



Mise en place

Recette du pico aux olives :

Réunir dans un saladier

- Les olives noires et vertes dénoyautées coupées en lamelles.
- La tomate lavé et coupé en dés.
- Le demi oignon épluché et coupé en dés.
- Un petit bout de piment coupé finement.
- La coriandre haché.

Mélanger délicatement les ingrédients et laisser reposer au frais.

Mise en oeuvre

Sortir 30 minutes avant du réfrigérateur la cote de bœuf protégé d'un film alimentaire.

Sur une grillade ou plancha, griller les différents légumes avec un trait d'huile d'olive.

Cuire la cote de bœuf et saupoudrer les épices fajitas en fin de cuisson, laisser reposer la cote 5/6 minutes protégé d'un papier alu et la couper ensuite.

Assaisonner les légumes d'épices fajitas;

Servir aussitôt avec le pico aux olives.



Plancha

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
FAJITAS MIX' - ASSAISONNEMENT POUR FAJI	6171	1 sachet
Cote de boeuf		1 Kg
Huile d'olive		1 trait
Coriandre fraîche		0.5 pièce
Olives vertes		20 g
Olives noires		20 g
Citron jaune		0.5 pces
Piment rouge		0.5 pièce
Poivrons rouges		0.5 pièce
Oignons rouges		0.5 pièce
Courgettes		1 pièce
Tomates grappes		0.5 pièce