



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer  
derrière les fourneaux

## Bœuf satay, sauce cacahuète et riz

Pour 4 personnes | Très facile

30 min | **6.09€** La portion (prix indicatif)



Une délicieuse recette de boeuf, avec une sauce onctueuse et gourmande à la cacahuète.

### Les ingrédients

- **2 c à s** de Pâte de tamarin
- **75 g** de Cacahuète (pour recette)
- **15 g** de Graine de sésame
- **20 g** de Pâte de curry panang
- **1 c à c** de Sauce poisson (nuoc-mâm)
- **25 g** de Sucre cassonade, sucre de canne cristal
- **500 g** de Viande de boeuf à saisir (type rumsteak, faux filet, merlan)
- **100 g** de Poudre de satay
- **400 ml** de Lait de coco (à cuisiner)
- **1 c à c** de Vinaigre de riz
- **360 g** de Riz basmati

### Les ustensiles

- Mixeur

### Étapes de préparation



**Préparation** : 15 min



**Cuisson** : 15 min



**Attente** : 0 min

### Le bœuf

- 1 Coupez 500 g de bœuf en lamelles d'environ 3 mm d'épaisseur (découpe de préférence "contre le grain", soit à la perpendiculaire des "traits" de la viande).
- 2 Dans un bol, mélangez les deux sachets qui composent la poudre de satay, 120 ml de lait de coco, 60 ml d'eau et 1 càc de vinaigre de riz. Mélangez et ajoutez le bœuf coupé. Filmez et gardez au frais.

## Le riz

- 3 Cuisez 360 g de riz selon les instructions.

## La sauce

- 4 Préparez le tamarin. Comme un jus de citron, le tamarin apporte de l'acidité dans les plats. Délayez-le 2 càs de tamarin avec 2 càs d'eau bouillante pour avoir la consistance d'un coulis de tomate.  
Optionnel : passez-la au tamis très fin pour enlever les morceaux.
- 5 Mixez 75 g de cacahuètes et 15 g de sésame.
- 6 Dans une casserole à feu fort, chauffez 60 ml de lait de coco pour le réduire de moitié.
- 7 Ajoutez 20 g de pâte de curry et cuire 2 minutes en mélangeant.  
Versez le reste de lait de coco (220 ml).
- 8 Incorporez le mix cacahuète/sésame, 40 g du mélange au tamarin, 1 càc de nuoc mam et 25 g de sucre. Faites épaissir la sauce à feu doux pendant env. 5 min (le fond de la casserole doit apparaître et la marque laissée par la spatule doit rester nette).
- 9 A cette étape, le riz doit être cuit. Égouttez-le et conservez-le dans la casserole à couvert.

## La cuisson du bœuf

- 10 Chauffez une cuillère à soupe d'huile à feu moyen-fort.
- 11 Cuire le bœuf avec sa marinade en remuant. La cuisson est très rapide car les lamelles de bœuf sont fines. Comptez 5 minutes environ jusqu'à l'épaississement de la marinade.
- 12 Dressez dans un bol le riz et la viande avec la marinade. Parsemez de cacahuètes grillées, et la sauce restante dans un bol.