Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Boeuf teriyaki

Ingrédients

-50 ml de sauce shoyu, -50 ml de mirin, -5 g de sucre, -1 càs de miel, -20 g de peau de poulet, -400 g boeuf tache noir ,

Préparation

Dans un bol, préparer un mélange de 50 ml de sauce shoyu, de 50 ml de mirin, de 1 càs de sucre et de 1 càs de miel.
Faire fondre doucement 10 g de peau de poulet dans une petite casserole. Ajouter le mélange à la casserole, porter à ébullition et poursuivre la cuisson à feu doux 10 minutes.
Cuire sur le gril une entrecôte de boeuf de 400 g. Découper en lamelles de 1 cm d'épaisseur. Verser dessus de la sauce terriyaki avant de servir.
Servir avec du riz japonais et une salade de concombres

Notes :