

## Salade de bœuf à la thaïlandaise

*NBRE DE PERSONNES:4*

*TEMPS DE PRÉPARATION:10 minutes*

*TEMPS DE CUISSON:4-5 minutes*

### **INGRÉDIENTS:**

- 6 cuillères à soupe d'Huile d'Olive Mild&Light Filippo Berio
- 2 (225 g) biftecks de surlonge dégraissés
- 3 tomates épépinées et coupées en tranches
- 1 oignon rouge émincé
- 1 concombre épépiné et coupé en bâtonnets
- 100 g de germes de soja
- 1 piment rouge long et fin, privé de ses graines et coupé en lamelles
- 3 cuillères à soupe de menthe fraîche hachée
- Jus d'1 lime
- 2 cuillères à soupe de sauce soja foncée
- 2 cuillères à soupe de sauce de poisson

### **PRÉPARATION:**

Faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile dans une poêle, ajouter la viande et cuire pendant 4-5 minutes de manière à ce qu'elle soit bien rissolée à l'extérieur et moyennement cuite à l'intérieure. Réserver.

Dans un grand saladier, mélanger soigneusement les tomates, l'oignon, le concombre, les germes de soja, le piment, la menthe et les autres ingrédients.

Découper la viande en tranches fines. Répartir les légumes dans les différentes assiettes et verser la sauce dans une coupelle en utilisant une cuillère à soupe. Déposer les tranches de viande sur chaque assiette. Servir immédiatement.

**À cuisiner avec: Mild&Light in colour**

