

Côte de boeuf marinée à l'exotique

Plat **Facile****Pour** : 4 personnes**Préparation** : 5 mn**Repos** : 135 mn**Cuisson** : 40 mn*Pourquoi ne pas commencer la semaine par un plat léger aux saveurs un rien exotique...*

Ingrédients

- 1 côte de boeuf
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame
- 2 cuillères à soupe de vin blanc shaoxing
- 2 cuillères à soupe de sauce soja claire
- 1 cuillère à café d'anis vert
- 3 tours de moulin d'5 baies

Préparation

- 1 Prenez un bol et mélangez tous les ingrédients. Posez la côte de boeuf dans un plat allant au four et versez la préparation aux épices par-dessus. Badigeonnez-la de tous les côtés.
- 2 Laissez-la mariner au moins deux heures dans un endroit frais tout en badigeonnant la côte de boeuf régulièrement et en la retournant de temps en temps.
- 3 Préchauffez le four à 250°C (th.8) et faites cuire la côte de boeuf 20 minutes sur chaque face. Laissez-la reposer 15 minutes avant de la découper et de la servir.
- 4 Présentez-la accompagnée de haricots verts. Bon appétit !

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**".

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

