

Coeur de rumsteak au chorizo et petits légumes

Plat **Moyen****Pour** : 8 personnes**Préparation** : 20 mn**Cuisson** : 30 mn

Au menu du jour, nous vous proposons un plat de boeuf que nous avons cuisiné avec des petits légumes mijotés. Une sauce sucrée salée va mettre en valeur ce classique de la cuisine !

Ingrédients

- 1 kg de rumsteak
- 200 g de chorizo
- 2 poivrons
- 2 carottes
- 3 tomates
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 cs d'huile d'olive
- 2 cs de miel
- 2 cs de sauce soja
- 2 cs de nuoc mam
- 3 gouttes de tabasco
- sel
- poivre
- 0,5 litre de bouillon

Préparation

- 1 Lavez, épépinez et coupez les poivrons en petits dés. Pelez, lavez et coupez les carottes en dés également. Ébouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en dés. Pelez, lavez et hachez l'oignon et les gousses d'ail. Coupez le rumsteak en morceaux réguliers.
- 2 Enlevez la peau du chorizo et coupez-le en tranches. Faites chauffer l'huile dans votre sauteuse. Faites fondre oignon, ail et chorizo pendant 5 minutes en remuant constamment. Puis ajoutez les poivrons, les carottes et les tomates. Faites revenir 5 minutes à feu vif.
- 3 Réduisez le feu, versez le bouillon et poursuivez la cuisson 15 minutes sur feu doux en remuant de temps en temps. Ajoutez le tabasco en fin de cuisson et remuez.
- 4 Pendant ce temps, préparez votre sauce. Dans une casserole versez le miel, la sauce soja, le nuoc mam. Faites réduire cette préparation 5 à 10 minutes. Mélangez cette sauce à la préparation aux légumes. Réservez au chaud le temps de préparer la viande.
- 5 Faites revenir les morceaux de rumsteak dans une poêle 1 à 2 minutes sur chaque face. Le rumsteak n'a pas besoin d'une cuisson longue...Un aller retour suffit.
- 6 Présentez votre coeur de rumsteak au chorizo et petits légumes accompagné d'un riz cantonnais. 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

