

Picanha Chimichurri et Légumes grillés

Ingrédients

Pour la chimichurri

1 demi botte de persil frais

-3 gousses d'ail

-Pincée de flocons de piments

-75ml de vinaigre de vin rouge

-125ml d'huile de cameline

-2 courgettes

-3 Poivrons rouges

-125 ml d'huile de cameline

-60 ml de vinaigre balsamique blanc

-500g de culotte de surlonge de boeuf (Picanha)

-Fleur de sel

Instructions

1. Préparer la Chimichurri en tranchant finement l'ail et le persil et ajouter les autres ingrédients. 2. Couper les courgettes en longues tranches fines et faire mariner dans l'huile et le vinaigre. 3. Couper la Picanha en tranches de 1 pouce et demi, saler abondamment. 4. Faire cuire les légumes à feu indirect, et la picanha idéalement dans une poêle de fonte placée au dessus de la braise ou des brûleurs, le gras en premier, en la tenant avec une pince

1. Frotter la viande dans le gras fondu pour badigeonner

2. Continuer la cuisson des légumes jusqu'à ce qu'ils soient bien grillés et la picanha jusqu'à la température interne désirée, environ 125-130F

6. Laisser reposer 5 minutes

7. Trancher et servir avec la sauce Chimichurri