

# Brochette d'onglet de boeuf, légumes d'été, thym et fleur de sel

Recette pour 4 personnes

## Description

Une brochette de bavette de bœuf avec poivrons rouge et vert, oignons rouges, thym et fleur de sel

## Ingrédients

### Pour les brochettes

- 320 Gr Onglet de boeuf
- 1 Unité(s) Poivron rouge
- 1 Unité(s) Poivron vert
- 1 Unité(s) Oignon rouge
- 6 Branche(s) Thym
- 15 Ml Fleur de sel
  
- Huile végétale
- Sel et poivre

## Préparation

- Temps de préparation **45 mins**

### Pour la mise en place

Mettre les pics à brochette en bois dans l'eau froide pendant vos préparations.

Coupez l'onglet en 32 cubes. Coupez les poivrons en cubes de environ 2cm par 2cm. Coupez l'oignon rouge en 4 et séparez ses différentes couches.

Hachez le thym finement.

### Pour les brochettes

Sur les pics à brochette, commencez par un morceaux de poivron, puis d'oignon, puis un cube d'onglet. Répétez l'opération 4 fois, il faut 4 cubes de viande par brochette.

Badigeonnez les brochettes d'huile végétale sur une plaque, mettre le thym, la fleur de sel et quelques tours de moulin à poivre tout autour de la brochette.

Faites chauffer le grill très chaud et cuire les brochettes 1 minutes sur les quatres côtés pour une cuisson saignante.

Servez avec la sauce de votre choix.

**Bon appétit!**