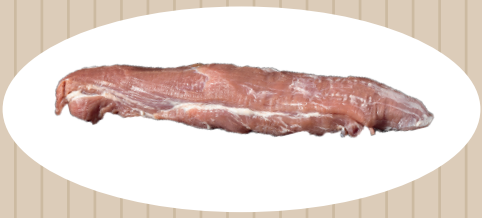
FILET MIGNON AU BBQ



LA RECETTE

FILET MIGNON*



*Disponibilité limitée uniquement sur période promotion (voir Facebook)

Pour 2 personnes :
- Temps de préparation : 1h15 min
- Temps de cuisson : 20 min
- Temps total : 1h25 min

Ingrédients :
- 1 filet mignon
- 1 citron vert
- 4 c-à-s de soja
- 1 c-à-s de miel
- 1 gousse d'ail
- 1 poignée de thym
- sel / poivre

Préparation :
Faites chauffer votre miel dans une petite casserole pour le ramolir légèrement.
Versez le miel dans un saladier puis ajouter la sauce soja, l'ail, le thym, le jus de citron vert, sel, poivre et l'huile d'olive.
Mélangez bien pour obtenir votre marinade.
Coupez le filet mignon dans la longueur.
Placez le filet mignon dans la marinade, badigeonnez et retournez réguilièrement pendant 1h.
Laissez cuire pendant 15 à 20 minutes au barbecue.
Plus qu'à servir et déguster.

Conseil :
Accompagnez d'une salade verte.