






### TYPE DE RECETTE

- Plat principal
- Nbre. de pers. : 4
- Préparation :  15mn
- Cuisson : 
- Difficulté : 

### INGRÉDIENTS

- 400g tartare au couteau
- 1 botte de ciboulette
- 1 botte de basilic
- 200g de câpres
- 3 oignons nouveaux
- 1 c. à café de moutarde verte
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- fleurs de sel, poivre

# TARTARE DE BŒUF

## « frais et léger »

### \* PRÉPARATION \*

Ciseler la botte de ciboulette.

Hacher la botte de basilic et les câpres.

Emincer finement 3 oignons nouveaux, les tiges vertes comprises.

Réunir tous les ingrédients dans un saladier.

Ajouter 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 400g de viande hachée au couteau, 1 cuillère à café de moutarde verte. Assaisonner.

Mélanger délicatement puis dresser les tartares.

### \* REMARQUES \*

Vous pouvez accompagner ce tartare d'une salade verte ou pour les plus gourmands de frites maison.

**LA BOUCHERIE TROLLIET**  
**vous souhaite un très bon appétit !**

**Halles de Lyon Paul Bocuse - Lyon 3<sup>ème</sup>**  
**Tél. : 04 78 62 36 60**

**[www.boucherie-trolliet.com](http://www.boucherie-trolliet.com)**