



BŒUF À LA MANGUE

Ingrédients

1.000 kg	Viande de bœuf émincée
0.300 kg	Pois mange-tout congelés
1.300 kg	masse totale

Épices et ingrédients par kilogramme

100 g	Marinade picanha.....	n° d'art. 19531
-------	-----------------------	-----------------

Pour compléter la saveur

160 g	Cacahuètes, de noix de macadamia ou de noix de cajou
3 Stk.	Mangues coupées
	Huile d'arachide
	Sauce au piment

Instructions

1. Mélanger la viande de bœuf avec la marinade Picanha Sensia.
2. Incorporer les légumes et la mangue et présenter dans un récipient.
3. Il est possible de parsemer le tout de noix en guise de décoration.

Préparations

1. Faire chauffer l'huile d'arachide dans un wok ou une grande poêle, saisir brièvement l'émincé et laisser reposer.
2. En option, ajouter de la sauce au piment et faire cuire le tout brièvement.

Remarque, variante

Servir avec du riz au jasmin ou des nouilles asiatiques.