

# Casserole de bœuf et poivrons

- La délicieuse recette de casserole de bœuf au poivron!



## Ingrédients :

- 8 oz (250 g) de bifteck coupées en morceaux
- 2 cuillères à soupe et demie d'huile
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 cuillère à soupe de gingembre râpée
- 1/2 poivron rouge coupé
- 1/2 poivron vert coupé
- 1/2 oignon coupé en morceaux
- 1 cuillère à thé de poivre noir
- Sel, au goût

## Marinade :

- Utiliser cette recette de [marinade pour bœuf](#)

## Préparation :

1. Faites mariner le bœuf pendant au moins 15 minutes ou toute la nuit.
2. Faites chauffer 1 cuillère à soupe d'huile dans une casserole à feu élevé. Faites frire la viande jusqu'à ce qu'elle soit brune à l'extérieur et toujours rose à l'intérieur. Mettre de côté.
3. Ajoutez le restant de l'huile et faites frire l'ail et le gingembre. Puis, ajouter les poivrons, l'oignon et le poivre. Faites cuire jusqu'à ce qu'on sente bien l'odeur des

ingrédients.

4. Ajoutez la viande et faites cuire pendant 1 à 3 minutes ou jusqu'à ce que la cuisson de la viande soit à votre goût!
5. Servir!

“ *Ce repas de bœuf aux poivrons est facile à préparer, savoureux et bon pour la santé!*

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)