

## **Bifteck d'ailoyau (T-bone) cuit sur le barbecue et salade crémeuse avec bacon et parmesan**

### **Pour 2 T-bones:**

- 2 biftecks d'ailoyau (T-bones) de 2 po d'épaisseur
- Sel
- Poivre du moulin

### **Salade bacon et parmesan:**

- Laitue en feuilles mélangées, au choix (environ 4 tasses ou plus)
- 4-6 tranches de bacon cuit, en morceaux
- 2 c. à soupe de parmesan frais, râpé
- 1/2 tasse de croûtons de pain du commerce, au choix
- 2 c. à thé de câpres, égouttées
- Poivre du moulin, au goût

### **Sauce crémeuse:**

- 3 c. à soupe de mayonnaise Hellmann's
- 4 c. à thé de vinaigre de cidre
- 1/4 c. à thé de sauce Worcestershire
- 2 c. à thé de moutarde de Meaux (à l'ancienne)
- 1 c. à thé de moutarde de Dijon
- 1 c. à thé de sirop d'érable

### **Sauce crémeuse:**

Dans un petit bol, mélanger tous les ingrédients et réserver au réfrigérateur.

### **T-bones:**

Sortir les biftecks du réfrigérateur.

Bien saler et poivrer les 2 côtés de la viande. Laisser reposer 30 minutes à température ambiante. Cela permettra d'enlever l'humidité de la viande et de bien faire pénétrer le sel, pour avoir un max de saveur et une texture tendre.

Huiler les grilles du barbecue.

Chauffer le barbecue au maximum (entre 500 F et 600 F). Lorsqu'il atteint la température, baisser le feu entre le minimum et le médium, sur un côté du barbecue. Cuire les T-bones sur le feu le plus faible (à feu inversé), 4 à 5 minutes de chaque côté (**pour une cuisson saignante**). La température interne de la viande doit atteindre 125 F.

Sortir la viande du barbecue, la déposer sur une assiette ou sur une plaque. La couvrir lâchement avec du papier d'aluminium et laisser reposer 5-10 minutes à température ambiante. La viande continuera de cuire et figera son sang à l'intérieur.

Pendant le temps de repos des T-bones, préparer la salade.

Dans un grand bol à salade, déposer la laitue et tout le reste des ingrédients, à part la sauce et le poivre

Lorsque les T-bones sont prêts, verser la sauce sur la salade et bien mélanger. Poivrer la salade, au goût.

Servir les steaks, accompagnés de la salade crémeuse.

Vous pouvez aussi accompagner le tout, par des frites, des pommes de terre au four avec du beurre ou farcies ou du riz.

(Source: Kat - Douceurs au palais)