



Les plats principaux

## **Côtes d'épis de maïs avec steak grillé**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

2 jeunes oignons (ciselés finement)  
6 épis de maïs  
2 cuillères à soupe de parmesan (râpé)  
2 cuillères à soupe de mayonnaise  
2 cuillères à soupe de crème aigre  
1 cuillère à café de sambal  
4 rôti de boeuf  
2 cuillères à soupe de coriandre (hachée finement)  
1 cuillère à café de poivre de cayenne  
1 cuillère à café poudre de paprika  
1/2 cuillère à café ail en poudre  
huile d'olive  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Préchauffez le four à 190 °C. Enlevez les feuilles éventuelles des épis de maïs et cuisez ceux-ci 10 minutes dans de l'eau légèrement salée. Coupez ensuite les épis en quatre dans la longueur.

Mélangez le paprika avec l'ail, le poivre de Cayenne et une pincée de sel. Ajoutez-y un filet d'huile d'olive et mélangez bien. Avec ce mélange badigeonnez les épis de maïs. Déposez le maïs sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et enfournez 15 à 20 minutes. Retournez-les à mi-cuisson.

Badigeonnez les beefsteaks d'huile d'olive puis salez et poivrez. Grillez-les 3 à 4 minutes de chaque côté dans une poêle bouillante.

Mélangez la mayonnaise avec la crème aigre et le sambal. Sortez les maïs du four et terminez-les avec la coriandre, les jeunes oignons et le fromage. Servez avec les steaks et la sauce piquante auprès.

### **Ustensiles de cuisine**

Four

