



## **Boeuf séché (Beef jerky)**

[COLLATIONS](#) - [RECETTES](#) - [VIANDES](#)



NOMBRE DE PORTION : VARIABLE

---

TEMPS DE PRÉPARATION :

15 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 5H

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

---

CONGÉLATION: NON

## Ingrédients

---

- 1 livre de bavette de boeuf
- 1/4 tasse de sauce soya
- 1 c. table sauce worcestershire
- 3/4 c. thé de poivre
- 1/2 c. thé de fumée liquide
- 1/2 c. thé de poudre d'oignon
- 1/2 c. thé de poudre d'ail
- 1 pincée de sel

\*cette recette peut être doubler sans problème

## Préparation

---

1. Couper de fines lanières de boeuf dans le sens contraire de la fibre. Réserver.
2. Mélanger le reste des ingrédients dans un bol.
3. Déposer les lanières de boeuf dans la sauce.
4. Mariner pendant 24 heures.
5. Déposer les lanières de boeuf sur les grilles de votre déshydrateur.
6. Déshydrater à 165 F pendant 5 à 6 heures ou jusqu'à ce que le boeuf soit bien séché.
7. Conserver dans un plat hermétique dans un endroit frais et sombre jusqu'à 2 à 3 mois.