

Temps de cuisson au grill

Ces temps sont donnés à titre indicatif pour un grill au charbon de bois, au gaz ou électrique. Ils dépendent de la chaleur, de la position de la grille, du type de viande et de son épaisseur. «À couvert» signifie avec couvercle fermé.

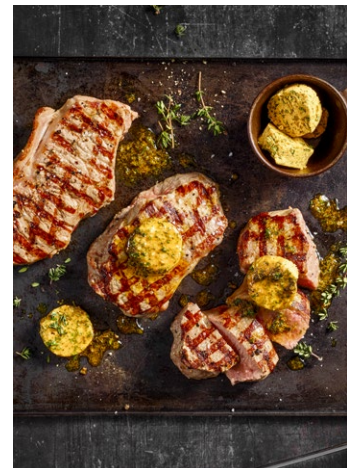
Pièces de viande	Niveau/chaleur	Griller	Remarques
Blanc de poulet (env. 150 g)	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 6 min	à couvert
Burger	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 4 min	à couvert
Carré d'agneau (env. 400 g)	moyenne (200° C)	env. 15 min	à couvert, retourner de temps en temps
Côte de porc (env. 250 g)	moyenne (200° C)	sur chaque face, 6 à 8 min	à couvert
Côtelette d'agneau (env. 50 g)	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 3 min	à couvert
Cuisse de poulet (env. 200 g)	moyenne (200° C)	env. 35 min	à couvert, retourner de temps en temps
Filet d'agneau (env. 200 g)	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 4 min	à couvert
Filet mignon de porc (env. 500 g)	moyenne (200° C)	env. 20 min	à couvert, retourner de temps en temps
Médaille de bœuf (env. 3 cm d'épaisseur)	élevée (240° C)	sur chaque face, env. 3 min	à découvert (à point)
Steak dans le romsteck (env. 2 cm d'épaisseur)	élevée (240° C)	sur chaque face, env. 2 min	à découvert (à point)
Steak de côte couverte (env. 2 cm d'épaisseur)	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 4 min	à couvert
Steak de porc (env. 2 cm d'épaisseur)	élevée (240° C)	sur chaque face, env. 3 min	à découvert
Travers de porc (env. 700 g)	faible (150° C)	env. 2 h	à couvert, retourner de temps en temps

Saucisses			
Cervelas et saucisse à rôti de veau	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 5 min	
Saucisse à rôti de porc	moyenne (200° C)	sur chaque face, env. 6 min	

Beurre aux herbes

Travailler en mousse **100 g de beurre mou** avec **1 c. c. de jus de citron** et **1 c. c. de sauce Worcestershire** env. 2 min avec les fouets du batteur-mixeur. Ajouter **1 gousse d'ail** pressée. Couper grossièrement **½ bouquet de persil**, **½ botte de ciboulette**, **1 brin de romarin** et **2 brins de thym**, incorporer. Assaisonner avec **½ c. c. de sel** et **un peu de poivre**. Déposer le beurre sur un morceau de papier cuisson ou de film alimentaire, façonner un rouleau, mettre env. 30 min au frais.

Suggestion: utiliser d'autres herbes (p. ex. basilic, aneth, estragon, cerfeuil, coriandre, livèche, marjolaine, sauge) ou ajouter du curry.



Conseils et astuces

- **Préparer la viande:** la faire éventuellement mariner. Sortir les petites pièces du réfrigérateur env. 30 min avant, les grosses pièces env. 1 h avant (à l'exception du poulet).
- **Laisser reposer:** après cuisson et avant de les trancher, laisser reposer les grosses pièces (p. ex. côtes, travers, carré d'agneau, filet) env. 10 min sur une planche à découper, couvertes d'une feuille d'alu. Ainsi la chaleur et le jus se répartiront uniformément dans la viande.
- **Hygiène:** en extérieur, protéger la viande crue du soleil et de la chaleur, car elle peut vite s'abîmer.