



## Steak frites sur le grill

PORTIONS  
**4 portion**

TEMPS DE PRÉPARATION  
**5 minutes**

TEMPS DE CUISSON  
**10 minutes**

Le secret pour un steak-frites digne du resto? Les épices!

### Ingrédients

- 4 faux-filets de 2 cm (3/4 de po) d'épaisseur
- 30 ml (2 c. à soupe) d' épices à steak (voir notre recette ci-dessous)

#### Pour les frites:

- 45 ml (3 c. à soupe) d' huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe) d' Épices cajun
- 15 ml (1 c. à soupe) de thym haché
- sel au goût
- 1 sac de frites surgelées de 750 g

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

### Préparation

- 1 Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée.
- 2 Préparer les frites. Dans un grand bol, mélanger l'huile d'olive avec les épices cajun, le thym et le sel. Ajouter les frites surgelées et remuer. Répartir dans un grand plateau d'aluminium en une seule couche.
- 3 Déposer le plateau sur la grille du barbecue et fermer le couvercle. Cuire de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les frites soient dorées et croustillantes.
- 4 Saupoudrer les faux-filets d'épices à steak. Presser légèrement pour que les épices pénètrent dans la viande.
- 5 Sur la grille huilée, cuire les faux-filets de 3 à 4 minutes de chaque côté pour une cuisson saignante. Servir avec les frites.