Épices à tarte aux pommes

4 c à thé cannelle moulue

2 c à thé muscade moulue

1 c à thé de cardamon

Aille de poulet piquant

Aille de poulet

Sauce Red hot

Maitre les ailles dans l`eau et faire bouiller 3 minutes et retiré et mètre dans le figurateur 30 minutes et cuire à la friteuse jusque soi cuit et mètre la sauce

 Marinade pour le bœuf

Vin rouge

Huile canola

Ciboulette fraiche

Grain de poivre

Thym

Feuille de laurier

Mariné 24 heur

 Bœuf

1. Bœuf a 1 Prin rail

Enlève les os et suivre les os et mètre des épice tous les côtés et le mètre au four à 450f pendant 30 minute et le baisser le four à 350f pendant 2h30