

Bœuf

Filet de bœuf à l'amaro



7 min **2 min** **5 min** **0** **406**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les filets de boeuf

800 g **Filet(s) de boeuf**
 20 cl **Amaro Averna**
 20 cl **Fond brun de veau**
 50 g **Beurre**
 4 branche(s) **Persil plat**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**

Étape 1

Assaisonnement de la viande et cuisson

- 1 Assaisonner les tournedos de bœuf de sel et de poivre.
- 2 Faire chauffer une poêle sur feu vif avec du beurre.
- 3 Quand le beurre est moussant, saisir la viande en la retournant avec une pince.
- 4 Vérifier la cuisson de la viande en la tâtant avec les doigts, plus elle est molle, plus elle est saignante.
- 5 Retirer l'excédant de jus de cuisson.
- 6 Faire flamber la viande: verser l'Amaro puis faire flamber à l'aide d'un briquet. Après quelques secondes, débarrasser la viande sur un papier absorbant.
- 7 Verser le fond de veau dans la poêle pour déglacer la sauce. Laisser réduire puis ajouter du beurre et effectuer un mouvement circulaire avec la poêle.
- 8 Quand la sauce est assez épaisse, remettre les tournedos dans la poêle.

Étape 2

Dressage

- 1 Dresser les tournedos dans des assiettes de service et verser la sauce par dessus.

2 Assaisonner de fleur de sel et décorer avec une branche de persil avant de servir.