



## Bœuf

# Intervalle de filet de boeuf angus, foie gras chaud et charlotte de queue de boeuf



**4h30** **45 min** **3h45** **0** **727**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le boeuf

400 g **Tournedos de boeuf**  
4 **Escalope(s) de foie gras de canard**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Fleur de sel**

### Ingrédients pour la queue de boeuf

500 g **Queue(s) de boeuf**  
1 litre(s) **Vin rouge**  
1 **Bouquet garni**  
100 g **Carotte(s)**  
100 g **Céleri-Rave**  
10 g **Oignon(s)**  
300 g **Pain de mie**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**

## Étape 1

### Préparation de la queue de boeuf

- 1 Eplucher les carottes et le céleri-rave avec un économiseur.
- 2 Couper les carottes et le céleri en brunoise avec un couteau éminceur.
- 3 Eplucher l'oignon avec un couteau d'office et le ciseler avec l'éminceur.
- 4 Faire chauffer une cocotte avec de l'huile d'olive et lorsqu'elle est chaude, saisir la queue de boeuf.
- 5 Quand la queue de boeuf est uniformément colorée, ajouter les légumes et le bouquet garni.
- 6 Mélanger avec une cuillère en bois et laisser roussir pendant 5 minutes.
- 7 Déglacer avec le vin rouge, assaisonner de sel et de poivre et couvrir. Laisser cuire pendant 3h30 environ.
- 8 Vérifier la cuisson de la queue de boeuf en y plantant la lame d'un couteau. La chair doit se détacher de l'os.
- 9 Prélever la queue de boeuf, la désosser et l'effilocheur au dessus d'un saladier.
- 10 Tailler des ronds de pain de mie avec un emporte-pièce.

- 11 Disposer 3 disques dans un emporte-pièce puis les creuser avec un emporte-pièce de plus petite taille.
- 12 Veiller à ne pas toucher la dernière tranche pour faire un socle.
- 13 Verser de la queue de boeuf au centre, recouvrir avec un rond de pain de mie pour fermer la charlotte.
- 14 Réserver au chaud sans enlever l'emporte pièce.

## Étape 2

### Cuisson du filet de boeuf et du foie gras

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.7).
- 2 Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile d'olive. Assaisonner les tournedos de sel et de poivre.
- 3 Lorsque l'huile est chaude, poêler les tournedos pendant environ 2 minutes de chaque côté selon la cuisson souhaitée.
- 4 Débarrasser les tournedos dans une assiette puis dans la même poêle, saisir les escalopes de foie gras.
- 5 Assaisonner les escalopes de foie gras et les cuire environ 1 minute de chaque côté dans la même poêle.
- 6 A l'aide d'un couteau éminceur, tailler les tournedos et le foie gras en lamelles. Réserver sur une assiette.
- 7 Enfourner les charlottes de queue de boeuf quelques minutes pour les réchauffer.

## Étape 3

### Dressage

- 1 Intercaler une lamelle de tournedos et une lamelle de foie gras sur des pics à brochette puis réserver.
- 2 Disposer une brochette sur une assiette puis saupoudrer de fleur de sel.
- 3 Disposer la charlotte de queue de boeuf à côté puis ôter l'emporte pièce. Servir aussitôt.