

Bœuf

Boeuf rossini revisité



1h45 **45 min** **45 min** **15 min** **730**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du boeuf

- 1 Préchauffer le four à 160°C (Th.5).
- 2 Inciser le bœuf dans la largeur sur 3 niveaux à l'aide d'un couteau de chef, mais sans aller jusqu'au bout. Il faut laisser une partie attachée à la viande.
- 3 Séparer les lobes du foie gras, tailler des escalopes épaisses.
- 4 Pour voir si le foie gras est de qualité, il doit être de couleur légèrement jaune et d'aspect brillant. La chair doit être souple sous le doigt et le grain doit être assez lisse.
- 5 Assaisonner la viande et le foie gras de sel et de poivre sur et entre les tranches.
- 6 Insérer les tranches de foie gras dans le bœuf.
- 7 Lisser le foie gras sur les bords à l'aide d'un couteau d'office.
- 8 Mettre du papier aluminium sur la planche à découper, poser le bœuf sur un des bords et l'enrouler dedans.
- 9 Fermer hermétiquement les bords de l'aluminium, le poser dans une plaque de four.
- 10 Enfourner pendant 15 minutes.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le boeuf

700 g **Filet(s) de boeuf**
200 g **Foie gras cru**
1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**
10 g **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la garniture

1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**
6 **Carotte(s)**
6 **Poireau**
1 c. à café **Sucre semoule**
1 **Sel**

Ingrédients pour la compotée d'oignons

300 g **Oignon(s) rouge(s)**
1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**
5 cl **Porto**

Étape 2

Préparation de la compotée d'oignons

- 1 Eplucher les oignons rouges, les émincer à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Mettre les oignons dans une casserole avec le beurre clarifié, laisser cuire sans coloration.
- 3 Retourner la viande dans le four pour équilibrer la cuisson.
- 4 Remuer les oignons à l'aide d'une cuillère à soupe et baisser le feu.
- 5 Parer les tranches de pain de mie c'est-à-dire ôter les bords à l'aide d'un couteau d'office.
- 6 Couper les tranches en deux rectangles.
- 7 Mettre du beurre clarifié dans une poêle et faire chauffer.
- 8 Déposer les tranches de pain de mie dans la poêle, les faire colorer.
- 9 Ajouter du beurre clarifié dans la poêle si nécessaire.
- 10 Préparer une assiette avec du papier absorbant.
- 11 Déposer les tranches de pain de mie sur l'assiette tapissée de papier absorbant.
- 12 Ajouter le porto dans les oignons, mélanger puis laisser mijoter.
- 13 Sortir la viande du four, laisser reposer.
- 14 Couper les fanes des carottes, les éplucher à l'aide d'un économiseur.
- 15 Ôter les extrémités blanches des poireaux.
- 16 Couper les carottes en deux dans la longueur, puis encore en deux.
- 17 Couper le vert des mini poireaux en deux, sans aller jusqu'à la partie blanche.
- 18 Mélanger les oignons une dernière fois. Puis ôter la casserole du feu et ajouter du sel.
- 19 Mettre de l'eau dans un rondelle puis ajouter le beurre, les carottes, les poireaux, du sucre et du sel.
- 20 Faire chauffer le rondelle à couvert pour démarrer la cuisson.
- 21 Retirer le couvercle quand l'eau commence à bouillir pour garder la belle couleur verte des poireaux et mélanger. La cuisson des légumes est terminée quand l'eau s'est totalement évaporée.

Étape 3

Préparation de la sauce

- 1 Eplucher l'oignon rouge, le hacher à l'aide du couteau éminceur.
- 2 Débarrasser l'oignon haché dans une poêle. Ajouter du beurre clarifié et faire chauffer.
- 3 Ajouter du sel et du poivre dans la poêle, puis verser le porto pour déglacer.
- 4 Remuer la poêle pour mélanger le porto.

1 Sel

Ingrédients pour la sauce

1 Oignon(s) rouge(s)

1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**

25 cl **Jus de veau**

10 cl **Porto**

1 **Sel**

1 **Poivre**

Ingrédients pour les toasts

2 tranche(s) **Pain de mie**

1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**

Ingrédients pour la salade d'herbes

1 botte(s) **Ciboulette**

1 botte(s) **Cerfeuil**

1 trait **Huile de noisette**

- 5 Verser le fond de veau, mélanger puis ajouter un peu d'eau et le jus du filet de bœuf.
- 6 Bien gratter le fond et les bords de la poêle pendant la cuisson pour récupérer tous les sucs de cuisson.
- 7 Passer la sauce au chinois au dessus d'un bol.

Étape 4

Finitions du boeuf

- 1 Sortir le bœuf du papier aluminium, le déposer sur la planche à découper.
- 2 Faire chauffer une poêle sur feu vif avec du beurre clarifié. Saisir les deux faces du bœuf pendant quelques secondes à peine.
- 3 Retirer la viande du feu, faire réchauffer les légumes.

Étape 5

Dressage

- 1 Déposer la compotée d'oignons sur les tranches de pain de mie, les dresser sur des assiettes.
- 2 Disposer les petites carottes et les poireaux sur la compotée.
- 3 Couper le bœuf en tranches, les répartir sur les assiettes à côté des toasts à l'aide d'une spatule.
- 4 Effeuillez les herbes dans un bol. Verser un filet d'huile de noisette, assaisonner de sel et de poivre.
- 5 Dresser la salade sur la compotée d'oignon, napper l'assiette de sauce à l'aide d'une cuillère à soupe.