

Bœuf Boeuf stroganoff



35 min 20 min 15 min

0

417

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

Étape 1

Préparation du boeuf stroganoff

- 1 Laver les champignons.
- 2 Il est préférable de ne pas laver les champignons sous l'eau, sauf si ceux-ci sont bien fermés.
- 3 Peler et émincer l'oignon.
- 4 Emincer les champignons grossièrement, en tranches.
- 5 Couper le boeuf en lanières, perpendiculairement aux fibres de la viande.
- 6 Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile, sur feu vif. Quand la poêle est chaude, ajouter le boeuf.
- 7 Ne pas saler la viande tout de suite car le sel fait sortir le jus des aliments. Saler et poivrer en fin de cuisson.
- 8 Une fois la viande tout juste saisie, la débarrasser sur une assiette. Dans la même poêle, ajouter un filet d'huile, puis les oignons et les champignons.
- 9 Les mélanger pour bien les dorer. Saler en fin de cuisson également.
- 10 Faire bouillir de l'eau dans une grande casserole, puis quand l'eau bout, ajouter les pâtes et les faire cuire selon le temps indiqué sur le paquet.
- 11 Ecraser la gousse d'ail avec le plat de la lame de

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le boeuf stroganoff

500 g **Bavette(s) de boeuf**
600 g **Champignon(s) de Paris**
20 cl **Crème fraîche épaisse**
1 **Oignon(s)**
5 cl **Vin blanc**
2 c. à soupe **Concentré de tomate**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 c. à café **Paprika**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

10 tige(s) **Persil plat**

couteau. L'éplucher, la couper en deux pour retirer le germe puis la hacher finement.

- 12** Remuer les pâtes pendant leur cuisson.
- 13** Effeuille et ciseler le persil plat.
- 14** Quand les oignons et les champignons sont bien dorés, ajouter le boeuf.
- 15** Ajouter du vin blanc pour déglacer.
- 16** Quand le vin blanc a un peu réduit, ajouter l'ail, le paprika et le concentré de tomate. Baisser le feu et laisser mijoter pendant 2-3 minutes.
- 17** Egoutter les pâtes. Les couvrir.
- 18** Une fois la sauce un peu réduite, ajouter la crème fraîche et éteindre le feu. Saler et poivrer.

Étape 2

Dressage

- 1** Déposer les pâtes sur une assiette. Les recouvrir de boeuf stroganoff.
- 2** Parsemer de persil plat. Servir.