



FAUX-FILET DE BŒUF, ÉCHALOTES CONFITES ET POMMES DE TERRE RÔTIES

Ingrédients	2 pers.	4 pers.
Dans votre box :		
Faux-filets de bœuf	2 pièces	4 pièces
Echalotes	2 pièces	4 pièces
Pommes de terre grenaille	300 g	600 g
Gousse(s) d'ail	1 pièce	2 pièces
Thym frais	2 brins	4 brins
Dans votre placard :		
Beurre	30 g	50 g
Huile d'arachide	5 cl	5 cl
Poivre du moulin		
Sel fin		



Réalisation de la recette

Préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn

1. Les pommes de terre grenaille

- Lavez les légumes. Coupez les pommes de terre en 4 avec la peau. Epluchez et coupez les échalotes en 2. Epluchez et dégermez la ou les gousse(s) d'ail. Disposez tous les légumes avec la moitié du thym dans une casserole d'eau à hauteur. Salez au gros sel puis faire cuire pendant 12 minutes.
- Egouttez puis dans une poêle avec la moitié du beurre faire revenir les pommes de terre jusqu'à coloration noisette.

2. Les faux-filets de bœuf

- Dans une poêle chaude avec le reste du beurre, la ou les branche(s) de thym restante et l'huile d'arachide, faire revenir les faux-filets assaisonnés, 2 minutes sur chaque face pour une cuisson saignante, 3 minutes pour une cuisson à point et 4 minutes pour une cuisson bien cuite.

3. Le dressage

- Dans une assiette, dressez la viande avec le jus de cuisson et les pommes de terre.
- Bonne dégustation !

4. Le + du Chef

- Il est important de sortir la viande du réfrigérateur 20 minutes avant la cuisson afin que la chaleur pénètre la chair de manière harmonieuse.

5. Le choix du matériel

- Pour saisir une viande, il est préférable d'utiliser une poêle sans revêtement anti-adhésif afin que la viande caramélise bien et que les sucs soient présents. Une fois la viande dans la poêle chaude, n'essayez pas de la détacher de la poêle, lorsque cette dernière est caramélisée, elle se décollera tout seule du revêtement.

