

Bavette de boeuf, beurre à l'estragon et poivre de Sichuan, purée de haricots cocos à l'huile d'olive

Recette pour 4 pers

Description

L'astuce du chef

Il est possible de remplacer le lait dans la cuisson des haricots coco (blanc) par un bouillon de légume ou de volaille.

Avant de servir votre viande, laissez-la reposer cinq minutes avant de la poser dans l'assiette.

Ingrédients

Bavette

- 4 Unité(s) Bavette de boeuf
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Beurre estragon

- 150 Gr Beurre
- 2 Branche(s) Estragon
- 3 Tour(s) de moulin Poivre de sichuan
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Purée de haricot coco

- 1 Unité(s) Haricots coco (540ml)
- 200 Ml Lait
- 1 Gousse(s) Ail haché
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

Mise en place

Effeuillez et hachez l'estragon, épluchez et hacher l'ail.

Bavette

Assaisonnez les bavettes de sel et les saisir dans une poêle chaude avec de l'huile et une noisette de

beurre.

Une fois bien coloré des deux côtés, laissez la viande reposer, vous la placerez dans le four 5 à 7 minutes avant de la servir.

Beurre estragon

Fouettez le beurre pommade, ajoutez-y l'estragon haché et le poivre de Sichuan moulu.

Ajoutez une pincée de sel, réalisez un boudin à l'aide du papier film alimentaire, réservez le beurre au frigo.

Haricot coco

Dans une casserole avec de l'huile d'olive, faites suer l'ail avec le thym.

Ajoutez les haricots coco et couvrez légèrement avec le lait, complétez avec de l'eau si nécessaire. Cuire 10 minutes à feu moyen.

Réalisez ensuite la purée dans le blender avec l'huile d'olive, sel et poivre.

Attention à la quantité de liquide de cuisson. La purée ne doit pas être trop liquide.

.

Bon appétit!