

Bavette de boeuf saisie à l'orange, oignons caramélisés au gingembre, mayonnaise curry et pain de campagne - Version Atelier Virtuel

Recette pour 2 personnes

Description

Toast campagnard garni d'oignon parfumés au gingembre et de fines tranches de bavette de boeuf mariné à l'orange.

Un recette simple et parfaite pour un souper grandiose!

L'astuce du chef

Cette recette en format bouchée sera parfaite pour l'heure de l'apéro.

Ingrédients

Bavette

- 1 Unité(s) Bavette de boeuf
- 1 Unité(s) Orange
- Sel et poivre
- Huile végétale

Oignons

- 0.50 Unité(s) Oignon
- 1 Cuil. à thé Gingembre frais
- 1 Cuil. à soupe Sauce soya
- Sel et poivre
- Huile végétale

Mayonnaise et garniture

- 2 Cuil. à soupe Mayonnaise
- 1 Cuil. à thé Curry en poudre
- 1 Unité(s) Oignon vert
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pain de campagne

- 2 Tranche(s) Pain de campagne
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**
- Temps de repos **30 mins**

Prévoir avant le cours vidéo

Ingrédients

Lavez les légumes et l'orange.

Pelez l'oignon.

Matériels

1 planche à découper, 1 couteau d'office (petit), 1 grand couteau (chef).

1 poêle ou sauteuse avec couvercle

1 plaque à pâtisserie + papier parchemin

1 bol (mayonnaise), 1 presse-agrume

1 râpe zesteur

Linges propres, Cuillères à soupe (dégustation).

1 pince, 1 cuillère de service

1 sac Ziploc

Mise en place avec le chef

Émincez l'oignon en fines tranches.

Ciselez l'oignon vert.

Mélangez la mayonnaise avec le curry.

Placez la bavette de boeuf dans le sac Ziploc, ajoutez le zeste et le jus de l'orange. Laissez mariner 30 minutes à température pièce.

Salez, poivrez et huilez le pain de campagne, puis faites le cuire 7-8 minutes au four.

Bavette et oignons caramélisés

Retirez le steak de la marinade et bien l'égoutter.

Faites saisir la viande avec un filet d'huile végétale dans une poêle bien chaude 2-3 minutes au maximum.

Un fois la viande retirée de la poêle, ajoutez-y les oignons et faites les caraméliser. Dans la dernière minute de cuisson ajoutez le gingembre râpé et la sauce soya.

Montage

Tartinez vos tranches de pain de campagne avec les oignons caramélisés, puis disposez les tranches de boeuf au-dessus.

Terminez le montage avec un peu de mayonnaise et quelques morceaux d'oignon vert.

Bon appétit!