

Filet mignon de boeuf, escalope de foie gras poêlée, mousseline de pommes de terre et panais, réduction de vin rouge et échalotes françaises - Version Atelier Virtuel

Recette pour 2 personnes



Description

Une idée pour un repas repas parfait en amoureux!

L'astuce du chef

Dans le temps des fêtes, n'hésitez pas à varier la pièce de viande

Ingrédients

Pour le filet mignon

- 2 Unité(s) Filet mignon de boeuf

Pour la mousseline

- 200 Gr Panais
- 130 Gr Pommes de terre grelots
- 35 Ml Crème 35%
- 25 Gr Beurre
- 0.25 Cuil. à thé Noix de muscade

Pour le foie gras

- 1 Unité(s) Escalope de foie gras

Pour la sauce

- 2 Unité(s) Échalote
- 75 Ml Vin rouge
- 130 Ml Demi-glace de veau

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Prévoir avant le cours vidéo

Ingrédients

Assurez-vous d'avoir tous les ingrédients nécessaire à la recette.

Matériels

Grand couteau (chef) + Petit couteau (d'office) + Planche à découper
Poêle (cuisson des filets et foie gras) + plaque de four (finitions)
Casserole (cuisson mousseline) + Presse purée + Spatule en bois ou plastique.
Petite Casserole (sauce au vin rouge) + Pince ou fourchettes

Pour la mise en place

Ciselez les échalotes, hachez l'ail.
Pelez et coupez les pomme de terre et le panais en cube.

Pour les filets mignons

Salez et poivrez les filets mignons de chaque côté, dans une poêle chaude avec de l'huile végétale, saisissez les filets de chaque côté afin d'obtenir une belle coloration. Réservez sur une plaque de cuisson avec du papier parchemin.

Pour le foie gras

Assaisonnez de sel et poivre l'escalope de chaque côté. Dans une poêle chaude sans matière grasse, saisissez-là de chaque côté, afin d'obtenir une belle coloration. Coupez l'escalope en deux, réservez les deux morceaux sur une plaque de cuisson recouvert d'un papier absorbant.

Pour la mousseline

Couvrez les cubes de légumes avec de l'eau froide, portez à ébullition et laissez cuire 30 minutes. Dans une autre casserole, faites chauffer doucement le beurre et la crème. Égouttez les légumes, mettez-les dans le robot culinaire et lissez avec le beurre et la crème, sel, poivre et la muscade. Faites attention à la texture, on ne veut pas que la mousseline soit trop liquide. Réservez au chaud sur un bain marie.

Pour la sauce

Dans une poêle chaude avec un peu d'huile, faites suer les échalotes, déglacez avec le vin rouge et laissez réduire. Ajoutez la demi glace de veau et cuire jusqu'à consistance.

Pour le dressage

Mettez les filets mignons 6 à 8 minutes au four, puis sortez-les et laissez reposer 3 minutes. Pendant ce temps de repos, mettez le foie gras au four 2 minutes.
Dans une grande assiette, mettez la purée au centre, le filet mignon et déposez un morceaux de foie gras sur chaque filet mignon. Finissez avec la sauce.

Bon appétit!