

Onglet de boeuf, beurre à l'estragon et poivre de Sichuan, purée de haricot coco à l'huile d'olive

Recette pour 4 personnes



Description

Onglet de boeuf poêlé puis fini au four, servi avec un beurre agrémenté d'estragon et de poivre de Sichuan, et une mousseline de haricots coco et tomates confites.

Ingrédients

Pour l'onglet

- 4 Unité(s) Onglet de boeuf
- 0.50 Unité(s) Estragon
- 5 Ml Poivre de sichuan
- 60 Gr Beurre
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour la purée de haricots

- 1 Unité(s) Haricots coco (540ml)
- 2 Unité(s) Ail
- 4 Branche(s) Thym
- 500 Ml Bouillon de poulet
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre

Garniture

- 10 Unité(s) Tomates séchées
- 1 Unité(s) Oignon blanc
- 4 Branche(s) Persil
- Huile d'olive
- Huile végétale
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Pour la mise en place

Hachez l'estragon et râpez le poivre de Sichuan. Ciselez l'oignon, hachez l'ail, le persil et le thym. Coupez les tomates séchées en brunoise et égouttez les haricots coco.

Pour l'onglet

Salez et poivrez les onglets des 2 côtés. Dans une poêle chaude avec de l'huile végétale faites saisir les onglets des deux côtés et réservez sur une plaque de cuisson avec un papier parchemin. Dans un bol, travaillez le beurre avec une spatule en ajoutant l'estragon et le poivre de Sichuan, puis roulez-le en boudin dans un saran wrap et mettez-le au frigo.

Pour la purée et la tomate séchée

Dans une poêle chaude avec de l'huile d'olive, faites suer l'ail avec le thym. Ajoutez les haricots coco et couvrez légèrement avec le bouillon de volaille. Cuire 10 minutes à feu moyen, réalisez ensuite la purée dans le robot culinaire en faisant attention à la quantité de bouillon car on veut une purée qui ne soit pas trop liquide. Assaisonnez et ajoutez de l'huile d'olive. Dans une poêle avec de l'huile d'olive, faite caraméliser les oignons avec les tomates séchées et finissez avec le persil. Salez et poivrez.

Pour le dressage

Remettez les onglets au four 6 minutes, sortez-les et tranchez-les. Coupez le beurre en tranches de 1 cm d'épaisseur. Mettez deux grosses cuillères à table de purée au centre de l'assiette et étirez-la. Déposez la garniture par dessus et mettez les tranches d'onglet sur le côté. Ajoutez le beurre sur le dessus.

Bon appétit!