

# Toast gourmand d'onglet de boeuf ; pain campagnard, oignon confit et roquette

Recette pour 4

## Description

Un pain de campagne grillé et garnit d'oignon confit à la plancha, onglet de boeuf et une salade roquette.

## L'astuce du chef

Les oignons peuvent être cuits dans une poêle afin de remplacer la cuisson sur la plancha. La même chose pour le pain.

## Ingrédients

### Boeuf

- 300 Gr Onglet de boeuf
- 50 Ml Sauce soya
- 50 Ml Vinaigre balsamique

### Oignon

- 2 Unité(s) Oignon
- 2 Gousse(s) Ail
- 2 Branche(s) Thym

### Pain et salade

- 4 Tranche(s) Pain de campagne
- 1 Poignée(s) Feuille(s) de roquette

### Mayonnaise

- 1 Unité(s) Oeuf
- 1 Cuil. à soupe Moutarde à l'ancienne maille
- 200 Ml Huile végétale
- 1 Cuil. à soupe Vinaigre de cidre
- 30 Gr Parmesan
- 5 Branche(s) Persil

## Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **barbecue** à **500 F°**
- Temps de repos **60 mins**

### Mise en place

Mettez les onglets de boeuf à mariner 60 minutes dans le mélange sauce soya et vinaigre balsamique. Hachez le persil et l'ail. Râpez le parmesan. Émincez les oignons. Hachez le thym frais.

### Cuisson du boeuf

Retirez les onglets de boeuf de la marinade, puis enlevez le surplus de marinade avec du papier absorbant. Faites saisir sur toutes les facettes les pièces de boeuf dans la poêle. Bien la colorer sur toutes les faces, la viande doit être mise en repos lorsque le thermomètre à viande indique 48° C. Faites reposer la viande 3 minutes avant de la trancher finement.

### Oignons

Faites cuire doucement les oignons, l'ail et les feuilles de thym sur une plancha ou bien dans une papillote avec un filet d'huile d'olive sel et poivre. Laissez les oignons prendre une couleur dorée.

### Mayonnaise

Dans un bol, déposez les jaunes d'œuf, la moutarde, le sel et le poivre. Mélangez les ingrédients avec un fouet.

Par la suite, sans cesser de fouetter, versez graduellement l'huile dans le bol. N'arrêtez pas de mélanger jusqu'à l'obtention d'une mayonnaise bien ferme. À l'aide d'une spatule en plastique, incorporez en pliant le vinaigre, finalisez avec le parmesan et le persil.

Rectifiez l'assaisonnement au besoin. Conservez la sauce au réfrigérateur jusqu'au moment du service.

### Pain et montage

Frottez le pain de campagne avec un peu d'huile d'olive, puis faites le griller. Déposez sur le pain dans l'ordre; oignons confits, tranches de boeuf, mayonnaise et feuilles de roquette.

**Bon appétit!**