

Faux-filet de bœuf, beurre maître d'hôtel, poêlée de haricots verts et échalote, tomates cerises

Recette pour 4 personnes

Description

Faux-filet de boeuf poêlé, servi avec un beurre composé au persil et ail, servi avec des petits haricots verts au beurre à l'échalote et demi-tomates cerises.

L'astuce du chef

Vous pouvez préparer le beurre maître d'hôtel une journée à l'avance afin qu'il durcisse bien et ensuite couper de belles tranches à poser sur les faux-filets.

Ingrédients

Pour le faux-filet de bœuf, beurre matre d'hôtel

- 4 Pièce(s) Faux-filet de boeuf
- 80 Gr Beurre salé
- 6 Branche(s) Persil
- 1 Gousse(s) Ail

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pour la poêlée de haricots verts et échalote

- 600 Gr Haricots verts
- 2 Unité(s) Échalote
- 200 Gr Tomates cerises

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

Temps de préparation **30 mins**

Préchauffez votre four à 400 F°

Mise en place

Émincez les échalotes en fines lamelles. Hachez le persil. Hachez l'ail. Taillez les haricots verts en 2 ou en 3 biseaux. Coupez les tomates cerises en 2.

Préparation du beurre maître d'hôtel

Travaillez le beurre pour qu'il prenne une texture « pommade », puis ajoutez le persil et l'ail. Vous pouvez servir le beurre maître d'hôtel à l'aide d'une poche à pâtisserie munie d'une douille cannelée, ou le roulez dans un papier film en formant un boudin, puis le conserver au réfrigérateur un minimum de quelques heures.

Préparation des faux-filets

Assaisonnez les faux-filets de sel et poivre. Dans une poêle chaude avec un trait d'huile végétale, colorez les filets de boeuf 1 à 2 minutes de chaque côté afin d'obtenir une belle coloration, puis poursuivre la cuisson sur un feu moyen en fonction de la cuisson désirée. Vous pouvez aussi transférer vos faux-filets sur une plaque de cuisson et terminer la cuisson au four environ 3-5 minutes selon l'épaisseur pour une cuisson saignante.

Préparation de la poêlée de haricots verts

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, faites cuire vos haricots verts quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient al dente. Puis plongez-les immédiatement dans un bain d'eau glacée afin de stopper la cuisson. Au moment du service, faites ensuite chauffer une noix de beurre dans une poêle et faites-y suer les échalotes, ajouter les haricots verts et poêlez-les au beurre quelques minutes. Assaisonnez de sel et poivre.

Dressage de vos assiettes

Dressez les haricots verts en assiettes creuses, disposez quelques demi-tomates cerise sur les haricots verts. Posez un faux-filet sur le dessus et dressez un peu de beurre maître d'hôtel sur la viande bien chaude. Servir aussitôt.

Bon appétit!