

Duo de crevette en croûte d'herbes et faux-filet aux 3 poivres, pointes d'asperges, purée de panais |

Recette pour 4 personnes

Description

Joli mix de boeuf et de crevette, accompagné de brochettes d'asperges et d'une purée de panais au saveurs de thym.

L'astuce du chef

Attention la cuisson demande une grande surveillance.

Ingrédients

Crevettes

- 4 Unité(s) Grosse(s) crevette(s)
- 60 Gr Beurre
- 1 Gousse(s) Ail haché
- 8 Branche(s) Persil plat
- 4 Branche(s) Estragon

Faux filet, sauce 3 poivres

- 600 Gr Faux-filet de boeuf
- 15 Gr Beurre
- 1 Unité(s) Échalote française
- 2 Gousse(s) Ail
- 10 Ml Grains de poivre noir
- 10 Ml Grains de poivre vert
- 10 Ml Grains de poivre rose
- 60 Ml Cognac
- 300 Ml Fond de veau
- 200 Ml Crème 35% à cuisson

Asperges citronnées

- 0.50 Botte(s) Asperge verte
- 1 Unité(s) Citron
- 45 Ml Huile d'olive
- 8 Unité(s) Pics à brochette

Purée de panais au thym

- 400 Gr Panais
- 4 Branche(s) Thym
- 45 Gr Beurre
- 60 Ml Crème 35% à cuisson

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **BBQ** à **400 F°**

Crevettes

Haché l'ail et les herbes. Faire suer doucement l'ail dans le beurre et réserver. Griller les crevettes sur le BBQ une fois cuite les enduire de beurre à l'ail chaud ensuite les rouler dans notre mélange de persil et d'estragon haché.

Faux-filet de boeuf

Hacher l'échalote et l'ail finement. Concasser les trois poivres à l'aide d'un mortier. Faire suer l'échalote et l'ail par la suite torréfier l'ensemble du poivre 1-2 minutes. Déglacer au cognac et flamber. Ajouter le fond de veau et laisser réduire de moitié par la suite incorporer la crème et laisser réduire à nouveau jusqu'à l'obtention de la texture désirer pour une sauce. Saisir les faux-filets sur chaque côté et poursuivre la cuisson de façon indirect de 4 à 10 minutes selon la cuisson désirée.

Brochettes d'asperges

Piquer 8 asperges sur deux brochettes et répéter l'opération trois fois. Par la suite, les enduire d'huile d'olive et les griller 1 à 2 minutes sur les deux faces. Une fois cuite, presser un citron sur vos brochettes.

Purée de panais

Hacher votre thym finement, peller vos panais et les détailler en petits morceaux. Les cuire à l'eau salée 20 minutes. Égouttez-les bien comme il faut et réduisez-les en purée à l'aide d'un robot, ajouter le thym le beurre, rectifier la texture à l'aide de la crème.

Montage de l'assiette

Faire un beau trait de purée, ajouter les queues de crevette dans un coin et la brochette d'asperges dans l'autre coin, déposer le faux-filets en plein centre et napper de sauce au poivre.

Bon appétit!