

Salade de boeuf épicée, à la moutarde au miel Maille.

Recette pour 4 personnes



Description

Une salade de crudités relevée d'une vinaigrette au piment et garnie d'un faux-filet saignant.

L'astuce du chef

Si vous êtes amateur de mets relevés, vous pouvez remplacer la moutarde au miel Maille par la moutarde extra forte Maille.

Ingrédients

Pour la salade

- 400 Gr Faux-filet de boeuf
- 2 Unité(s) Laitue boston
- 0.50 Unité(s) Botte de radis
- 1 Unité(s) Carotte
- 1 Unité(s) Échalote française
- 0.50 Unité(s) Barquette de tomates cerise
- 1 Unité(s) Piment rouge
- 2 Gousse(s) Ail
- 1 Unité(s) Lime
- 30 Ml Moutarde maille au miel
- 30 Ml Huile végétale
- 8 Branche(s) Coriandre fraîche
- 30 Ml Arachides

- Huile végétale
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**
- Temps de repos **5 mins**

La mise en place

Avec un économètre, pelez la carotte, puis réalisez de fines lanières. Hachez le piment fort et l'ail. (Épépinez le piment au préalable). Émincez les radis et l'échalote française, coupez les tomates cerise en deux. Pressez la lime et filtrez le jus. Ciselez la coriandre et concassez les arachides. Retirez le cœur des laitues et coupez les en 4.

La sauce

Dans un mortier, mettre l'ail, le piment et une pincée de fleur de sel, réduire le tout en pâte. Ajoutez le jus de lime, la moutarde et émulsionnez le tout.

Le faux-filet

Coupez le faux-filet en deux pièces de 200 g, salez et poivrez des deux côtés, dans une poêle chaude faire colorer généreusement les morceaux 2 minutes de chaque côté. Réservez sur le côté 5 minutes, on veut une cuisson saignante.

La salade

Dans un bol, réunir tous les légumes, mettre la moitié de la vinaigrette et bien remuer, la vinaigrette doit enrober la salade et non la noyer.

Le dressage

Tranchez le faux-filet en lanières de 1 cm d'épaisseur. Dans une assiette bol, faire un dôme généreux de salade, garnir avec un demi faux-filet, ajoutez la coriandre et les arachides et finir avec une cuillère de vinaigrette.

Bon appétit!