

# Tartare de bœuf traditionnel, feuilles de roquette au vinaigre de citron, crostini à l'huile d'olive

Recette pour 4 personnes



## Description

Boeuf Boston AAA coupé au couteau et assaisonné de câpres, cornichons, échalote et lié au jaune d'oeuf servi avec une petite salade de roquettes relevée d'une vinaigrette au vinaigre de citron.

## L'astuce du chef

La coupe Boston est idéale pour le tartare: peu coûteuse, très goûteuse et très tendre lorsque servie crue ou très peu cuite. Mentionnez à votre boucher votre intention de réaliser un tartare et il vous proposera une pièce très fraîche.

## Ingrédients

### Pour le tartare

- 480 Gr Boeuf boston (surlonge)
- 30 Ml Câpres
- 8 Unité(s) Cornichons sûrs
- 2 Unité(s) Échalote
- 8 Branche(s) Persil
- 1 Unité(s) Jaune d'œuf
- 8 Goutte(s) Tabasco
- 8 Goutte(s) Sauce worcestershire
  
- Huile d'olive
- Sel et poivre

### Pour les croûtons

- 0.50 Unité(s) Baguette
  
- Huile d'olive
- Sel et poivre

### Pour la roquette au vinaigre de citron

- 4 Poignée(s) Roquette
- 15 Ml Vinaigre de citron
- 5 Ml Moutarde de dijon
- 30 Ml Huile d'olive
- 50 Gr Parmigiano reggiano
  
- Huile d'olive
- Sel et poivre

## Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

### Mise en place

Hachez finement les cornichons et les câpres. Ciselez l'échalote française et les feuilles de persil italien. Taillez le boeuf au couteau en très petits cubes et hachez-la un peu pour terminer. Réalisez des copeaux de parmesan avec un économe.

### Pour les croûtons

Tranchez la baguette de biais pour obtenir vos croûtons. Posez-les sur une plaque de cuisson et versez un filet d'huile d'olive. Assaisonnez de sel et poivre. Cuire au four environ 10 minutes jusqu'à ce qu'ils soient croustillants.

### Préparation du tartare

Dans un grand bol, réunissez le boeuf, les cornichons, les câpres, l'échalote française, le persil italien, un filet d'huile d'olive et le jaune d'oeuf pour lier le tout. Mélangez bien. Vous allez maintenant assaisonner votre tartare et là, tout est question de goût personnel. Salez, poivrez, versez quelques gouttes de Tabasco, un peu de sauce Worcestershire : gouttez et rectifiez l'assaisonnement au besoin.

### Préparation de la roquette au vinaigre de citron

Mélangez le vinaigre citron avec la moutarde de Dijon à l'aide d'un petit fouet. Incorporez ensuite l'huile d'olive petit à petit à l'aide du fouet. Salez et poivrez. Assaisonnez la roquette de cette vinaigrette au dernier moment.

### Dressage de vos assiettes

Disposez la roquette parsemée de copeaux de parmesan, puis utilisez un emporte-pièce pour présenter joliment votre tartare de bœuf. Accompagnez votre tartare de croûtons de baguette.

**Bon appétit!**