

Sa recette-phare

Médailon de bœuf au foie gras sauce poivrade



Le truc du chef
 Pour une réduction,
 l'ingrédient indispensable,
 c'est la patience. Le vinaigre
 balsamique apporte,
 lui, une note plus
 corsée.

Pour 4 personnes
Préparation 15 min Cuisson 25 min
Pour accompagner :
un montagne-saint-émilion,
cuvée Tuileries des Combes

- 400 g de filet de bœuf • 200 g de foie gras
- 8 carottes nouvelles • 1 échalote • 1 botte de thym citron
- 150 g de beurre • 60 g de noix de cajou • 15 cl de vin blanc
- 15 cl de vinaigre balsamique • 30 cl de fond de veau
- 100 g de sucre en poudre • 50 g de poivre frais en grains
- 10 cl d'huile d'olive • Gros sel • Sel et poivre

1. Faites une entaille dans le morceau de bœuf d'environ 3 cm de profondeur. Coupez le foie gras en morceaux et disposez-les au centre de la viande. Salez et poivrez.
2. Refermez la viande, enveloppez-la dans du film alimentaire, enfournez pour 20 minutes à 120 °C, puis laissez refroidir.
3. Émincez l'échalote, posez-la dans une casserole à feu fort avec 2 cuillerées d'huile d'olive, ajoutez le vin blanc et laissez réduire aux deux tiers pendant 5 minutes. Au bout de ce temps, versez le vinaigre balsamique et laissez réduire aux deux tiers pendant 5 minutes. Ajoutez ensuite le fond de veau, laissez réduire à feu doux 15 minutes, puis incorporez le poivre en grains et laissez cuire 5 minutes.
4. Posez les noix de cajou dans une poêle à feu fort, avec une pincée de sel et 25 g de sucre. Laissez caraméliser en mélangeant de temps en temps, puis réservez.
5. Épluchez les carottes, posez-les dans une poêle avec 140 g de beurre, du thym citron et le sucre restant. Couvrez d'eau à fleur, laissez réduire

jusqu'à évaporation. Coupez ensuite les carottes dans le sens de la longueur.

6. Déballez le bœuf, coupez les extrémités, coupez-le en 4 tranches égales, puis posez-les dans une poêle avec 10 g de beurre, 1 cuillerée d'huile d'olive et laissez cuire 2 minutes sur chaque face.
7. Dans 4 assiettes mi-creuses, versez 2 cuillerées à soupe de sauce poivrade, disposez les carottes, surmontez-les de noix de cajou caramélisées, posez dessus un médaillon de bœuf au foie gras, décorez avec du thym citron, saupoudrez 1 pincée de gros sel et servez chaud.



Son adresse: Château de Lersé, 16250 Pérignac.
 Tél. 05 45 25 95 90. Cuisine-et-audace.com