

Rosbif de cheval (ou de bœuf) au beurre demi-sel et sa Ratatouille revisitée sucrée salée

pour 4 à 6 personnes

Ingrédients :

POUR LA RATATOUILLE :

1 tomate cœur de bœuf bien juteuse
200g de Champignons blond de Paris
1 courgette
4 pommes de terres
2 échalotes
15 gouttes de poivrons rouge
30g de pont l'évêque
3 gousses d'ail lacto-fermenté
Poivre 5 baies
Sel de l'Himalaya
Huile d'olive
3 branches de thym séché
3 branches de romarin séché
10 feuilles de persil plat
10 feuilles de coriandre
2 cuillères a soupe d'eau

POUR LE ROOSBEF :

1 kg de rosbif dans le filet
20 feuilles de basilic
20 feuilles de persil
3 branches de thym
3 branches de romarin
sel, poivre
60g de beurre demi-sel



huile d'olive

5 échalotes

2 oignons rouge

6 gousses d'ail dégermés

Préparation

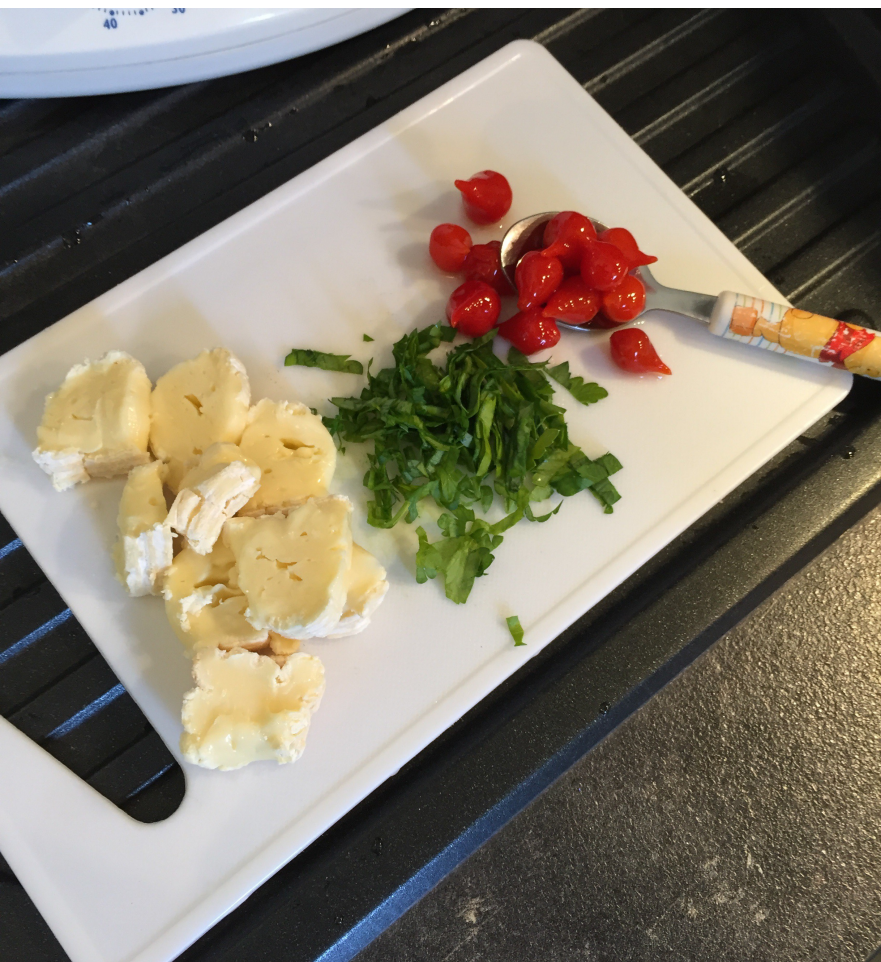
Laver, éplucher et couper les patates, courgettes en brunoise et émincé les échalotes et escaloper les champignons en coupant le tronc a raz. Couper la tomates en 8.

Mettre à chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse et saisir les échalotes, ajouter ensuite les patates , les courgettes, les champignons (les légumes doivent être fondant) ajouter la tomate coupée en 8 en milieu de cuisson et 2 cuillères a soupe d'eau ainsi que les branches d'herbes séchées. Bien mélanger avec une cuillère en bois.

Préchauffer le four à 220 ° et graisser un plat à viande. Mettre le rosbif sortie du frigo 20 min avant dans votre plat, faites des incisions sur le haut de la viande afin d'y glisser vos 60g de beurre demi sel coupé en cube, et vos gousses d'ail dégermés . Enfoncer 1 bout de beurre et 1 demie gousse d'ail là ou vous aurez incisé la viande et mettre les oignons et échalotes émincés finement parsemé sur la viande , salez et poivrez . Ciseler les herbes et les ajouter au plat. Bien remuer et ajouter les branches de romarin et thym. Enfournier 20 min.

Revenons à notre ratatouille, une fois les légumes fondants, ajouter le pont l'évêque, les herbes ciselées et les gouttes de poivrons et l'ail noir ciselé et bien remuer et couvrez. Rectifier l'assaisonnement en salant et poivrant à votre convenance.

Bon appétit



*Bonne dégustation,
Jessica Virzi
Coach culinaire*

*Sain
& Divin*