

Filet mignon de boeuf, sauce porto infusée au romarin, purée de pommes de terre au fromage bleu, fagot de haricots verts |

Recette pour 4 personnes

Description

Filet de boeuf poêlé rehaussé d'une sauce demi-glace au porto infusé de feuilles de romarin frais et servi sur une purée de pommes de terre au fromage bleu québécois avec un petit fagot de haricots verts.

L'astuce du chef

Vous pouvez maintenant trouver des fonds de viande et demi-glaces frais ou congelés chez votre boucher.

Ingrédients

Pour la purée de pommes de terre au Ciel de Charlevoix

- 600 Gr Pommes de terre yukon gold
- 75 Gr Fromage bleu
- 100 Ml Lait

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Pour les filets mignons de boeuf de l'ouest et sauce porto infusée au romarin

- 4 Unité(s) Filet mignon de boeuf
- 75 Gr Échalote
- 2 Branche(s) Romarin
- 150 Ml Porto
- 150 Ml Demi-glace de veau

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Pour les fagots de haricots verts

- 200 Gr Haricots verts
- 4 Brin(s) Ciboulette

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Mise en place

Ciselez l'échalote. Hachez les feuilles de romarin. Pelez les pommes de terre, coupez-les en gros

cubes, placez-les immédiatement dans une casserole d'eau froide.

Préparation de la purée de pomme de terre au fromage bleu

Portez les pommes de terre à ébullition avec une pincée de sel et laissez mijoter à feu moyen pendant 20-25 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez. Réalisez une purée à l'aide d'un pilon à pomme de terre. Incorporez-y progressivement des morceaux de fromage bleu, ajoutez une noix de beurre et le lait chaud. Salez, poivrez et réservez.

Préparation des filets de boeuf et sauce porto infusée au romarin

Assaisonnez les filets de boeuf de sel et poivre. Dans une poêle chaude, versez un filet d'huile végétale et saisissez les filets de bœuf à feu vif pendant 2 minutes de chaque côté. Déposez-les sur une plaque de cuisson. Faites les cuire au four pendant 4-5 minutes pour une cuisson saignante. Dans la poêle ayant servi à saisir les filets, déposez une noisette de beurre et faites revenir l'échalote ciselée à feu très doux. Déglacez au porto, ajoutez le romarin puis laissez réduire à feu doux pendant 2 minutes. Ajoutez la demi-glace et laissez mijoter jusqu'à l'obtention d'une consistance qui nappe le dos d'une cuillère.

Préparation des fagots de haricots verts

Dans un grand volume d'eau bouillante salée, plongez les haricots verts et faites-les précuire quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient al dente. Égouttez-les et plongez-les dans un saladier d'eau glacée (cela conservera leur belle couleur verte). Répartissez les haricots verts en 4 petits fagots que vous entourerez d'un brin de ciboulette. Placez vos fagots sur une plaque de cuisson, arrosez d'huile d'olive et faites les chauffer au four 4-5 minutes.

Dressage de votre assiette

Dressez la purée de pommes de terre au Ciel de Charlevoix à l'emporte-pièce. Posez un filet de boeuf sur le dessus et nappez de sauce porto et infusion de romarin. Placez votre fagot de haricots verts sur le côté du filet de boeuf.

Bon appétit!