

Faux filet de bœuf charolais grillé au romarin, carottes bio des Landes crémeuses à l'huile d'olive et citron



Ingrédients (pour 10 convives)

Faux filet charolais grillé au romarin :

- 10 tranches de faux filet boeuf Charolais Transgourmet Origine (301486)
- 2 Gousses d'ail (226838)
- 10 cl d'Huile d'olive (300430)
- 7 branches de Romarin (203278)
- PM Poivre (300519)
- PM Fleur de Sel de Batz-sur-Mer Transgourmet Origine (301195)

Carottes bio crémeuses à l'huile d'olive et citron :

- 3 cl d'Huile d'olive (300430)
- 2 Oignons (287268)
- 7 Carottes bio des Landes Transgourmet Origine (301576)
- 1 L de Bouillon de volaille (70813)
- 10 g de Graines de fenouil
- 5 g de Gingembre en poudre (300507)
- PM Jus de citron vert (255725)

Emulsion carotte bio :

- 400 g de Carottes bio des Landes Transgourmet Origine (301576)
- 7 cl de Lait (495176)
- 60 g de Beurre (196575)
- 2 cl d'Huile d'olive (300430)
- PM Zestes de citron jaune

Carottes bio fondantes :

- 20 Carottes bio des Landes Transgourmet Origine (301576)
- 37 cl de Bouillon de volaille (70813)
- PM Sel (300766)
- PM Poivre (300519)
- 50 g de Beurre (196575)
- PM Zestes de citron

Préparation

Faux filet grillé

Mariner les faux filets dans l'huile d'olive avec l'ail et le romarin pendant 1 heure.
Égoutter puis griller les faux filets 2 minutes de chaque côté (selon l'épaisseur).
Assaisonner de fleur de sel de Batz.

Carottes bio crémeuses à l'huile d'olive citron

Éplucher et laver les légumes, émincer finement l'oignon et tailler les carottes en gros morceaux.
Faire revenir l'oignon à l'huile d'olive 5 minutes, ajouter les carottes, le gingembre et les graines de fenouil puis mouiller au bouillon de volaille.
Laisser cuire 20 minutes à frémissement. Égoutter puis mixer au blender avec le beurre.

Emulsion de carottes bio

Passer les carottes à la centrifugeuse. Dans une casserole réduire le jus obtenu au tiers avec les zestes de citron, ajouter le lait et le beurre puis émulsionner à l'aide d'une girafe.

Carottes bio fondantes

Éplucher et laver les carottes, réaliser quelques copeaux de carottes crues à la mandoline, cuire les autres carottes dans une sauteuse avec un fond de bouillon, les zestes de citron et du beurre pendant 10 minutes.

Dresser.
