


Rosbif à l'huile aux fines herbes sur pain grillé

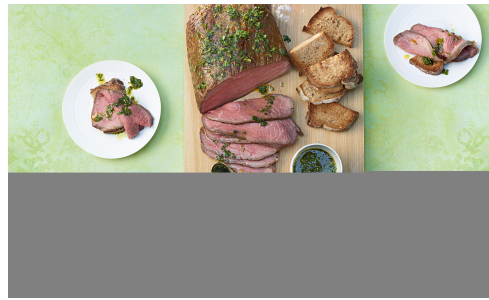


La différence est là.

 Durée totale: 1 h 20 min

 Temps actif: 15 min

 Facile



Ingrédients

Pour 10 personnes

- 1 kg** entrecôte (rosbif) de bœuf suisse en un seul morceau
- sel
- poivre du moulin
- 30 g** beurre à rôtir
- 3 bouquets** fines herbes mélangées (p. ex. thym, cerfeuil, ciboulette, basilic)
- 1.5 dl** huile de carthame
- jus de citron
- 1** pain paysan ou cuit au feu de bois
- au feu de bois

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 410** kcal
- 28 g** de protéines
- 23 g** de glucides
- 23 g** de lipides

 Contient du gluten

 sans lactose

Préparation

- 1** Faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle et saisir le ros-bif de tous côtés. Saler et poivrer la viande. Faire cuire entre 35 et 40 minutes au four préchauffé à 175° C (température à cœur: 55° C). Sortir le ros-bif du four, l'envelopper dans une feuille d'aluminium et laisser reposer env. 20 minutes.
- 2** Pendant ce temps, hacher les fines herbes et mélanger avec l'huile de chardon. Assaisonner avec du sel, du poivre et le jus de citron. Couper le pain en tranches et le faire griller p. ex. au four pour qu'il soit croustillant.
- 3** Couper le ros-bif tiède en fines tranches, disposer sur le pain grillé, napper d'huile aux fines herbes et parsemer selon son goût de fleur de sel avant de servir.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.