Entrecôte double au cacao et chapeau de meringue

Mon choix.

Durée totale: 45 min

Temps actif: 45 min

Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

2	entrecôtes doubles de bœuf suisse (d'env. 400 g)
1 cs	beurre à rôtir
1 dl	vin rouge sec
3 dl	fond de bœuf en bocal
2 cs	cacao noir en poudre, non sucré
1 p. de c.	flocons de piment
30 g	beurre
	sel de mer
2	blancs d'oeufs frais
1 pincée	sel
2 cs	sucre
5 brins	thym

Valeurs nutritives

1 portion (sans mousseline de pommes de terre et choux de Bruxelles) contient env.:

428	kcal
49 g	de protéines
6 g	de glucides
20 g	de lipides

Sans gluten

sans lactose

Une exploitation d'engraissement de bovins compte en moyenne 45 animaux.

En Suisse, la plupart des exploitations sont familiales. Comme celle de la famille Meister de notre portrait.

Préparation

1 Dans une poêle, faire fondre le beurre à rôtir à feu vif. Saisir les entrecôtes à feu vif durant 1 minute de chaque côté. Réduire le feu et poursuivre la cuisson de la viande pendant 8-10 minutes en la retournant de temps en temps. Envelopper ensuite les entrecôtes dans de l'aluminium et les laisser reposer au four à 60° C.

2 Pendant ce temps, déglacer les sucs de cuisson dans la poêle avec le vin rouge. Verser ensuite le fond de bœuf et faire réduire à un tiers du volume à feu vif. Délayer le cacao à l'aide d'un fouet jusqu'à ce qu'il soit totalement dissous. Incorporer le piment et le beurre en mélangeant, maintenir la sauce au chaud à feu doux et saler si besoin.

3 Pour la meringue, fouetter le blanc d'œuf en y ajoutant une pincée de sel jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse. Incorporer lentement le sucre, tout en continuant à mélanger, jusqu'à ce qu'il soit totalement dissous et que la préparation prenne un bel aspect brillant. Effeuiller le thym et l'ajouter en mélangeant délicatement.

4 Sortir les entrecôtes du four, les couper en deux, les servir sur des assiettes préchauffées et saler légèrement. Ajouter par-dessus la préparation de meringue et la faire légèrement caraméliser à l'aide d'un brûleur pour crème brûlée. Répartir la sauce au cacao autour de la viande et servir immédiatement.

Accompagner d'une mousseline de pommes de terre et de choux de Bruxelles.