Entrecôte au beurre aux herbes avec pommes de terre sautées

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 55 min
Temps actif: 55 min
Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

4	entrecôtes de bœuf suisse (d'env. 200 g)
500 g	petites pommes de terre
3 cs	huile d'olive
	sel de mer
7	baies de genièvre
160 g	beurre ramolli
3 brins	persil frisé
	sel
	poivre du moulin
	jus de citron selon son goût
1 cs	beurre à rôtir

Valeurs nutritives

1 portion (sans le fenouil au gorgonzola) contient env.:

750	kcal
49 g	de protéines
20 g	de glucides
52 g	de lipides

Sans gluten
sans lactose

Engagement volontaire pour le bien-être des animaux:

La plupart des éleveurs suisses d'animaux de rente mettent en œuvre des programmes volontaires tels que SST (Système de stabulation particulièrement respectueux des animaux) et SRPA (Sorties régulières en plein air).

Préparation

1. Sortir les entrecôtes du réfrigérateur env. 1 heure avant de les préparer.

2. Couper les pommes de terre en deux ou en quatre dans le sens de la longueur, selon leur grosseur. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, mettre les pommes de terre, assaisonner avec du sel de mer et faire cuire à feu moyen entre 35 et 40 minutes en remuant de temps en temps.

3 Pendant ce temps, piler grossièrement les baies de genièvre dans un mortier. Mettre le beurre dans une jatte et fouetter au fouet électrique jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse. Ajouter le genièvre. Couper finement le persil et l'incorporer au beurre. Assaisonner le beurre au genièvre de sel, de poivre et de jus de citron. Réserver au frais.

4 Dans une poêle à fond lourd (de préférence en fonte), faire chauffer le beurre à rôtir. Y saisir les entrecôtes 1 minute de chaque côté. Saler, poivrer et laisser cuire à feu moyen pendant 2 minutes de chaque côté.

5 Poivrer légèrement les pommes de terre et les dresser avec les entrecôtes sur des assiettes bien chaudes ou des planches en bois. Servir avec le beurre au genièvre.

Accompagner de fenouil gratiné au gorgonzola.