

EMINCÉ DE BŒUF À LA SAUCE BALSAMIQUE & POIVRE

Emincé de bœuf	600g
Echalotes	4pcs
Carotte	1pce
Tomates cerise	100g
Vieux vinaigre balsamique	1dl
Gousses d'ail	4pcs
Persil	1 botte
Romarin	1 branche
Thym	1 branche
Beurre	30g
Graisse de coco bio	20g
Vin rouge	1dl
Bouillon de bœuf	1dl
Poivre noir	p.m.
Piment d'Espelette	p.m.

Pour 4 personnes

Préparation

- Préparer un bouillon de bœuf
- Faire revenir les carottes ciselées, les échalotes, l'ail écrasé et les tomates cerise coupées en deux
- Déglacer avec le vin rouge et le bouillon de bœuf puis ajouter le romarin et le thym et réduire de moitié
- Faire sauter la viande rapidement et bleue
- Déglacer au vinaigre balsamique puis ajouter la réduction de bouillon
- Disposer les légumes croquants à la fin
- Poivrer fortement et parsemer de persil haché grossièrement

Suggestion : Servir avec un riz blanc et des pois mange-tout.