

Tournedos châtelaine

Ingrédients pour 8 Personnes

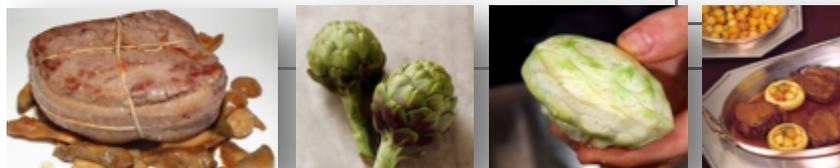
Préparation : Cuisson :

Méthode d'élaboration

	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
1. Préparer les tournedos					
<ul style="list-style-type: none"> Vérifier et parer les tournedos si nécessaire. Les ficeler, puis les réserver en enceinte réfrigérée. 	Bœuf filet	Kg	1.2		
2. Les artichauts, les croûtons et le persil					
<ul style="list-style-type: none"> Tourner et citronner les fonds d'artichauts. Eliminer le foin à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes. Les marquer en cuisson dans de l'eau bouillante salée et citronnée. Ajouter un peu d'huile et couvrir d'une feuille de papier sulfurisé. Tailler les 8 croûtons de pain de mie à l'aide d'un emporte-pièce uni de 7 à 8 cm de diamètre (suivant la grosseur des tournedos). Les frire dans une petite poêle avec de l'huile et un peu de beurre. 	Artichauts	Pièce	8		
	Pain de mie	Kg	0.320		
	Persil	Kg	0.02		
4. Marquer les pommes noisettes en cuisson					
<ul style="list-style-type: none"> Eplucher, laver, puis lever les pommes noisettes à l'aide d'une cuillère à légumes. Les rincer soigneusement à l'eau courante. Blanchir les pommes, puis égoutter les pommes sans les rafraîchir. Rissoler les pommes à l'huile durant quelques minutes sur le feu vif, puis terminer la cuisson au four chaud (230 à 240 °C) durant 5 à 6 min. 	Pommes de terre	Kg	2		
	Huile d'arachide	L	0.080		
	Beurre	Kg	0.040		
	Sel	Kg	Pm		
5. Marquer les tournedos en cuisson					
<ul style="list-style-type: none"> Assaisonner les tournedos de sel fin et de poivre du moulin, puis les saisir dans un sautoir avec du beurre et un peu d'huile (surveiller attentivement la cuisson, les sucs doivent être caramélisés mais sans excès). Cuire les tournedos à l'point de cuisson demandé (bleu, saignant, à point, bien cuit), puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée. 	Sel et poivre	Kg	Pm		
	Beurre	Kg	0.040		
	Huile d'olive	L	0.040		
6. Etuver au four les fonds d'artichauts					
7. Confectionner la sauce des tournedos					
<ul style="list-style-type: none"> Dégraissier le sautoir. Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire. Ajouter le fond brun de veau lié et éventuellement un peu de glace blonde de viande. Réduire à nouveau la sauce jusqu'à la consistance souhaitée. Monter la sauce au beurre hors du feu. Vérifier l'assaisonnement, puis passer la sauce au chinois étamine dans 	Vin blanc	L	0.100		
	Fond de veau brun lié	Kg	0.050		
8. Dresser les tournedos - 5 min					
<ul style="list-style-type: none"> Placer un tournedos défilé sur chaque croûton. Intercaler les tournedos avec les fonds d'artichauts garnis de pommes noisettes. Napper uniformément les tournedos avec la sauce. Déposer une petite «pointe» de persil haché sur les pommes noisettes 					

Coût Matières Premières total :

Coût Matières Premières Portion : #####



Argumentation Commerciale