

AU MARCHÉ LE CONTRE-FILET DE BŒUF

Michel Troisgros nous propose des recettes printanières extraites de son dernier livre, "La Colline du Colombier", du nom de son auberge d'Iguérande (71).



La recette

Bœuf cru, sauce à l'anchois

PRÉPARATION : 30 MIN. SANS CUISSON. POUR 6 PERSONNES

• 1 kg de contre-filet de bœuf • 1 poignée de persil plat • 1 c. à s. de câpres au vinaigre • 16 filets d'anchois à l'huile • 20 cl d'huile d'olive vierge • 1 gousse d'ail épluchée • 1 c. à c. de moutarde forte • poivre blanc du moulin • pousses de céleri branche ou de livèche

La préparation du bœuf : si cela n'a pas été fait par votre boucher, parez la viande enlevez les déchets pour ne conserver que le muscle, sans gras superflu éventuel. À l'aide d'un couteau bien affûté, taillez le contre-filet de bœuf en tranches, les plus fines possibles il faut absolument émincer la viande au couteau et ne pas chercher à l'affiner comme un carpaccio car la mâche de la viande, qui induit le goût du bœuf, est très importante dans ce plat. Déposez les morceaux de bœuf au fur et à mesure sur les assiettes, bien à plat, afin d'en recouvrir toute la surface. Recouvrez le tout d'un film alimentaire, puis gardez l'ensemble au réfrigérateur

La sauce à l'anchois : équeutez puis lavez le persil plat, avant de le hacher finement avec les câpres préalablement égouttées. Dans une poêle, faites fondre les filets d'anchois égouttés sur feu doux avec un filet d'huile d'olive, puis mélangez-les au persil et aux câpres hachés, avant d'ajouter la moutarde, l'ail haché et le reste d'huile d'olive.

La finition : dessinez un ruban de sauce à l'anchois sur la viande, puis disposez, çà et là, quelques pousses de céleri.

Et avec ça ?

Un rosé* corpu lent et bien structuré. Éclipsé par la vague des rosés aux robes pâles, le bordeaux claret mérite pourtant de figurer à toutes les tables estivales. Celui du château de Pressac 2012 cuvée La Rosée est généreux. Vineux, marqué par le merlot, très fruité, il séduit par ses rondeurs. Idéal pour accompagner une viande rouge crue. 5 €, Casino. M. G.