Bœuf

Filet de bœuf en croûte

1h10	30 min	40 min	0	438
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la viande

1. Mettre le beurre dans la poêle sur feu vif, faire sauter la viande sur chaque face.
2. Une fois dorée, retirer la viande et la laisser refroidir.

Étape 2

Préparation des légumes

1. Laver, éplucher puis tailler la carotte en julienne.
2. Eplucher et émincer l'échalote et l'ail. Ciseler le persil.
3. Faire chauffer une poêle avec l'huile, ajouter la carotte, le mélange forestier et l'échalote. Les faire étuver pendant 10 minutes.
4. Ajouter l'ail et le persil puis laisser mijoter pendant encore 10 minutes.
5. Saler, poivrer et laisser refroidir.

Étape 3

Préparation du feuilletage

1. Préchauffer le four à 240°C (Th.8).
2. Etaler un premier rond de pâte feuilletée puis poser le

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le rôti

800 g **Filet(s) de boeuf**
15 g **Beurre**

Ingrédients pour les légumes

1 **Carotte(s)**
200 g **Mélange forestier**
1 **Echalote(s)**
4 tige(s) **Persil plat**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le feuilletage

2 **Pâte(s) feuilletée(s)**
1 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**

Ingrédients pou la cuisson

filet dessus.

3. Recouvrir du mélange de légumes.
4. Poser dessus le second rouleau de pâte feuilletée.
5. Souder les bords avec un peu d'eau et couper le surplus de pâte si nécessaire.
6. Dorer la pâte avec le jaune d'oeuf et la piquer avec la pointe d'un couteau.

Étape 4

Cuisson

1. Beurrer le plat allant au four et déposer le filet.
2. Laisser cuire pendant 20 minutes, puis éteindre le four et laisser le filet reposer pendant 5 minutes porte ouverte avant la découpe.

Étape 5

Dressage

1. Sortir le plat du four et découper le filet de boeuf en tranches. Servir tiède ou froid.

10 g **Beurre**