

*Bœuf*

# Boeuf stroganoff façon nicolas duquenoy



**35 min** **10 min** **25 min**      **0**      **379**  
TEMPS TOTAL    PRÉPARATION    CUISSON                  REPOS                  CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le boeuf Stroganoff

450 g **Entrecôte(s) de boeuf**  
 240 g **Champignon(s) de Paris**  
 2 **Echalote(s)**  
 1 **Oignon(s)**  
 40 g **Beurre**  
 4 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**  
 30 g **Concentré de tomate**  
 4 cl **Vin blanc**  
 1 c. à café **Paprika**  
 1 **Sel**  
 1 **Poivre**

## Étape 1

### Préparation des ingrédients

- 1 Couper le pied des champignons de Paris préalablement nettoyés puis les tailler en lamelles avec un couteau d'office.
- 2 Si le champignon n'est pas propre, l'éplucher en tirant légèrement sur la membrane au pied du champignon. Il est préférable d'éviter de le laver afin qu'il ne se gorge pas d'eau.
- 3 Réserver les champignons émincés dans un saladier.
- 4 Éplucher l'échalote puis l'émincer grossièrement avec un couteau d'office. Réserver dans un bol.
- 5 Éplucher l'oignon puis le ciseler grossièrement à l'aide d'un couteau d'office. Réserver dans un bol.
- 6 Parer la viande, retirer le gras et les parties dures à l'aide d'un couteau d'office.
- 7 Couper ensuite la viande en fines lanières et les réserver sur une assiette.
- 8 Couper la viande dans le sens des fibres pour qu'elle reste moelleuse et tendre à la cuisson

## Étape 2

## Cuisson

- 1 Faire chauffer une sauteuse avec la moitié du beurre sur feu vif.
- 2 Lorsque le beurre est chaud, ajouter le bœuf, le faire revenir rapidement en retournant les morceaux avec une pince. Saler et poivrer.
- 3 Lorsque les morceaux sont cuits, débarrasser la viande dans un saladier.
- 4 Dans la même sauteuse, faire revenir les champignons en les remuant avec la pince. Saler, poivrer puis laisser cuire quelques instants avant de les débarrasser dans un saladier.
- 5 Baisser sur feu moyen. Toujours dans la même sauteuse, ajouter le reste du beurre, puis faire revenir l'oignon et l'échalote émincés. Faire suer sur feu doux.
- 6 Lorsqu'ils sont légèrement dorés, augmenter le feu et remettre la viande dans la sauteuse. Saupoudrer de paprika et remuer avec la pince.
- 7 Déglacer au vin blanc et remuer la viande avec une pince pour décoller les sucs de cuisson. Faire réduire légèrement.
- 8 Ajouter le concentré de tomate, la crème fraîche et les champignons.
- 9 Mélanger, couvrir la sauteuse et laisser cuire pendant 5 minutes sur feu doux.

### Étape 3

#### Dressage

- 1 Retirer la sauteuse du feu. Dans une assiette creuse, dresser le bœuf au centre de l'assiette.
- 2 Décorer de tour de l'assiette d'un peu de paprika et servir.