

*Viandes variées*

# Chartreuse de chou à la queue de boeuf et foie gras poêlé


**6h50**

TEMPS TOTAL

**1h30**

PRÉPARATION

**5h20**

CUISSON

**0**

REPOS

**610**

CALORIES

 Ingrédients  
pour 6 personnes

**Ingrédients pour la  
queue de bœuf braisée**

1.5 kg **Queue(s) de boeuf**  
 1 **Oignon(s)**  
 1 **Carotte(s)**  
 1 **Poireau**  
 1.5 litre(s) **Fond brun de veau**  
 1 feuille(s) **Laurier**  
 4 branche(s) **Thym**  
 2 pincée(s) **Gros sel**  
 10 grain(s) **Poivre**

**Ingrédients pour la  
chartreuse**

1 **Chou(x)**  
 2 **Carotte(s)**  
 2 **Oignon(s)**  
 200 g **Boule de céleri**  
 20 cl **Porto**  
 400 g **Foie gras cru**  
 20 g **Beurre**  
 1 **Sel**

**Étape 1**

Braissage de la queue de bœuf

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.7).
- 2 Éplucher l'oignon avec un couteau d'office, la carotte avec un économètre et rincer le tout sous un filet d'eau froide. Réserver sur une assiette.
- 3 Avec un couteau d'office, couper les racines et la partie verte du poireau. Réserver un morceau de vert pour réaliser le bouquet garni.
- 4 Couper le blanc de poireau en deux dans la longueur. Le rincer sous un filet d'eau tiède en prenant soin d'écarter les couches pour éliminer le sable et la terre.
- 5 Rincer le vert de poireau ainsi que le thym et le laurier, ficeler le tout ensemble afin de former un bouquet garni.
- 6 Dans la cocotte, placer les morceaux de queue de bœuf tronçonnés ainsi que la garniture aromatique carotte, oignon, poireau et bouquet garni.
- 7 Mouiller un peu plus qu'à hauteur des ingrédients avec le fond brun de veau froid. Assaisonner avec le gros sel et les grains de poivre.
- 8 Mettre à chauffer la cocotte. Porter à ébullition en

prenant soin d'écumer toutes les impuretés qui vont remonter à la surface sous forme de mousse.

- 9 Après 1 minute d'ébullition, couper le feu, couvrir la cocotte et enfourner pendant 4 heures 30.

1 **Poivre**  
1 **Gros sel**  
1 **Glaçon(s)**

## Étape 2

### Préparation des ingrédients des chartreuses

- 1 Amener à ébullition une grande casserole remplie d'eau salée au gros sel. Préparer un grand saladier d'eau et de glaçons afin de refroidir le chou après cuisson.
- 2 Effeuille le chou vert. Jeter les 4 ou 5 premières feuilles vertes foncées, trop dures et peu agréables à la dégustation.
- 3 Récupérer les autres feuilles et retirer les grosses côtes. Les rincer puis les plonger dans l'eau en ébullition.
- 4 Les feuilles sont cuites lorsque les veinures blanches s'écrasent sans résistance sous la pression.
- 5 Sortir les feuilles et les plonger dans l'eau glacée pendant 30 secondes pour stopper la cuisson et fixer la chlorophylle.
- 6 Préparer une assiette avec du papier absorbant. Déposer les feuilles et les sécher une par une. Les réserver au réfrigérateur.
- 7 Éplucher les oignons au couteau d'office, les rincer et les ciseler très finement, c'est essentiel pour la dégustation.
- 8 Les réserver dans un ramequin. Eplucher les carottes avec l'économe et les rincer.
- 9 A l'aide de la mandoline, tailler les carottes en fines tranches de 2 mm, puis tailler ces tranches au couteau éminceur en bâtonnets de 2 mm également.
- 10 Émincer les carottes en tous petits dés, c'est à dire aussi petits que ceux des oignons ciselés. Réserver dans un ramequin.
- 11 Parer le céleri boule au couteau éminceur, le couper en gros tronçons. Tailler avec une mandoline des tranches aussi fines que pour les carottes.
- 12 L'émincer également en petits dés, réserver dans un ramequin.
- 13 Réserver tous ces éléments au frais.
- 14 Prendre le foie gras, tailler une escalope d'environ 60 à 70 g par personne. Réserver ces escalopes sur une assiette filmée et emballée de papier aluminium.
- 15 Tailler le reste du foie gras en petits dés, le réserver dans un saladier également filmé et protégé par du papier aluminium.

## Étape 3

### Finition du braisage de la queue de boeuf

- 1 En fin de cuisson, sortir la cocotte. Egoutter la queue de bœuf avec l'écumoire sur une plaque à débarrasser.
- 2 Passer le jus de cuisson dans une nouvelle casserole à travers un chinois. Faire chauffer la casserole et la

porter à petite ébullition pour faire réduire le jus.

- 3 Effilochez entièrement la queue de bœuf pendant qu'elle est chaude, réserver toute la chair dans un saladier.

#### Étape 4

##### Montage des chartreuses

- 1 Faire chauffer une grande casserole avec le beurre. Lorsqu'il est moussant, faire suer les oignons pendant 1 minute, puis ajouter le céleri et la carotte.
- 2 Faire suer le mélange sur feu moyen sans coloration tout en remuant, jusqu'à ce que les éléments soient cuits mais encore un peu croquants.
- 3 Ajouter ensuite dans cette même casserole la chair de queue de bœuf effilochée. Mélanger et déglacer avec le porto.
- 4 Réduire le porto à sec, puis ajouter du jus de cuisson à mi-hauteur. Laisser mijoter pendant 10 minutes en remuant, jusqu'à ce que le jus réduise.
- 5 Lorsque le jus de cuisson réduit jusqu'à prendre une consistance nappante sur une cuillère, baisser le feu et maintenir au chaud.
- 6 Éteindre le feu sous la casserole avec la chair et les légumes, débarrasser dans un saladier.
- 7 Lier la préparation en mélangeant les dés de foie gras crus avec le mélange boeuf/légumes. Rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre.
- 8 Chemiser les moules à soufflé avec les feuilles de chou blanchies : leur faire bien épouser la forme des moules et faire dépasser de 3 ou 4 cm tout autour pour pouvoir les refermer.
- 9 Garnir l'intérieur avec la farce de chair de queue de bœuf, légumes et foie gras. Replier les feuilles pour fermer les chartreuses.
- 10 Emballer individuellement les moules à soufflé dans du film alimentaire.

#### Étape 5

##### Cuisson du foie gras

- 1 Préparer une assiette couverte de papier absorbant pour égoutter le foie gras.
- 2 Faire chauffer une poêle sans y ajouter de matière grasse. Lorsqu'elle est chaude, saisir les escalopes de foie gras et les faire dorer de chaque côté.
- 3 Les cuire ainsi pendant 2 minutes tout en les arrosant de leur graisse, puis les égoutter sur le papier absorbant.
- 4 Réchauffer les chartreuses une à une pendant 2 minutes au micro-ondes.
- 5 Si les chartreuses ont été préparées la veille et placées au réfrigérateur, les réchauffer au micro-ondes pendant 4 à 5 minutes.
- 6 Pour vérifier la température, piquer une sonde au cœur des chartreuses, ou enfoncer un pic en métal déposé

ensuite sur la lèvre inférieur pour sentir la chaleur.

## **Étape 6**

### Dressage

- 1** A l'aide d'une cuillère à soupe, réaliser un rond de sauce au centre de l'assiette.
- 2** Déballer les chartreuses et les retourner sur la planche. Les déposer avec une spatule au centre des ronds de sauce.
- 3** Déposer les escalopes de foie gras sur les chartreuses. Ajouter un peu de fleur de sel et un tour de poivre du moulin.