



Bœuf

# Fondue bourguignonne et ses sauces



**30 min 30 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**841**

CALORIES

## Étape 1

### Préparation de la sauce mayonnaise

- 1 Pour une meilleure réussite de la mayonnaise, sortir les œufs 1 heure avant de démarrer la sauce : les jaunes doivent être à température ambiante.
- 2 Mettre les jaunes d'œufs et la moutarde au fond d'un bol.
- 3 Mélanger avec un fouet à main jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- 4 Incorporer l'huile peu à peu en un mince filet, en fouettant continuellement.
- 5 Ajouter le reste de l'huile progressivement, toujours en filet, sans cesser de fouetter pour ne pas faire retomber l'émulsion.
- 6 Une fois la mayonnaise montée, ajouter le jus de citron, assaisonner de sel et de poivre.
- 7 Une fois terminée, répartir la mayonnaise dans trois petits bols différents, en trois parties égales.
- 8 Deux des petits bols serviront pour la préparation des autres sauces.
- 9 Pour conserver la mayonnaise, la filmer avec du film alimentaire « au contact »: le film doit toucher la surface de la sauce. Réserver la mayonnaise au réfrigérateur

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour la sauce mayonnaise

2 unité(s) entière(s)  
**Jaune(s) d'oeuf**  
20 cl **Huile de tournesol**  
2 c. à café **Moutarde**  
1 c. à soupe **Jus de citron**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

### Ingrédients pour la sauce tartare

3 **Cornichon**  
1 c. à soupe **Câpres**  
2 tige(s) **Persil plat**

### Ingrédients pour la sauce américaine

1 c. à soupe **Ketchup**  
4 goutte(s) **Sauce  
Worcestershire**  
1 goutte(s) **Tabasco**

### Ingrédients pour la

jusqu'au moment de servir la fondue.

## **fondue bourguignonne**

### **Étape 2**

#### Préparation de la sauce tartare

- 1** Laver le persil, le hacher finement avec un couteau d'office et le réserver dans un bol.
- 2** Hacher les cornichons et les câpres, les mélanger à la mayonnaise. Ajouter le persil haché et mélanger le tout.
- 3** Pour conserver la sauce tartare, la filmer avec du film alimentaire « au contact »: le film doit toucher la surface de la sauce. Réserver la mayonnaise au réfrigérateur jusqu'au moment de servir la fondue.

1 kg **Filet(s) de boeuf**  
1 litre(s) **Huile d'arachide**  
1 branche(s) **Thym**  
2 feuille(s) **Laurier**  
1 **Gousse(s) d'ail**

### **Étape 3**

#### Préparation de la sauce américaine

- 1** Mélanger le ketchup à la mayonnaise jusqu'à obtenir une sauce rose et homogène.
- 2** Ajouter quelque goutte de sauce Worchester et relever avec une goutte de Tabasco.
- 3** Pour conserver la sauce américaine, la filmer avec du film alimentaire « au contact »: le film doit toucher la surface de la sauce. Réserver la sauce au réfrigérateur jusqu'au moment de servir la fondue.

### **Étape 4**

#### Préparation de la fondue bourguignonne

- 1** Découper la viande en gros cubes d'environ 2,5 cm de côté avec un couteau de cuisine.
- 2** Verser l'huile dans l'appareil à fondue, ajouter le thym, le laurier et l'ail pour parfumer, faire chauffer sur feu moyen. L'huile ne doit pas fumer.
- 3** Dès que l'huile frémit, elle est prête. Retirer alors le thym, le laurier et l'ail. Puis déposer l'appareil à fondue sur un réchaud à fondue pour maintenir l'huile frémissante.

### **Étape 5**

#### Dressage et finition

- 1** Disposer les trois sauces dans des petits bols, la viande dans un grand bol ou dans une assiette creuse.
- 2** Disposer sur la table l'appareil à fondue avec d'huile frémissante dans son réchaud, des fourchettes à fondue et les trois sauces.
- 3** Chaque convive piquera un cube de viande puis le plongera dans l'huile bien chaude. Les cuire entre 5 et 40 secondes, selon le point de cuisson souhaité.
- 4** Pour rester tendre et moelleuse, la viande ne doit pas cuire plus d'une minute.
- 5** Ensuite, chaque convive accompagne son morceau de viande cuite avec la sauce de son choix.