La pièce de bœuf bio poêlée aux échalotes et pommes de terre bio grillées

Les ingrédients pour 2

- 2 pièces de boeuf bio
- 2 échalotes
- sel poivre
- beurre

Pour les pommes de terre bio grillées

- 300/350 grs de pommes de terre bio
- du paprika
- un filet d'huile

Préparation 5 mins Cuisson 5 à 10 mins. Difficulté 1

Envie de commander les ingrédients de cette recette ?
Rendez vous sur notre boutique

Préparation

On coupe en tout petits morceaux les échalotes hachées, un peu de beurre dans la poêle et on les fait suer,à feu 5/6 elles brunissent mais ne doivent pas brûler. Dans la foulée on augmente à 7, et on dépose les pièces de bœuf bio. Si vous aimez rouge saignant autour de 2/3 mins chaque coté, si à point ou bien cuit, plus longtemps.

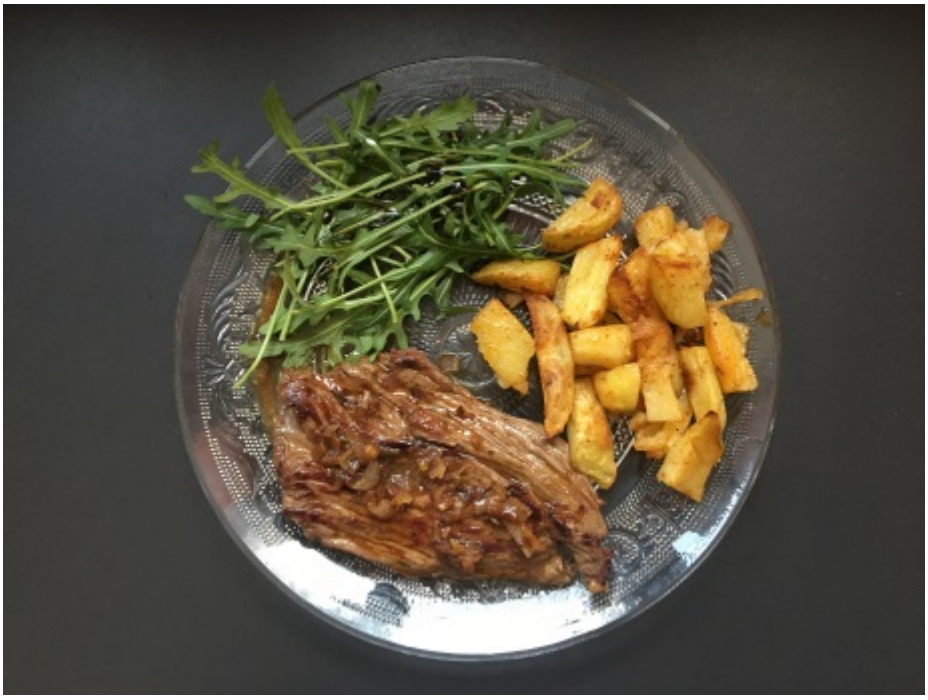
En parallèle, on épluche les pommes de terre bio, on les lave, et on les coupe en dés grossiers.

Après rien de plus simple, un plat, les pommes de terre, sel, poivre, paprika et un filet d’huile et au four péchauffé à 200 °.

Les pommes de terre bio vont prendre un bon 30 minutes, à cuire,.

Quand elles sont cuites, on passe en mode grill et on laisse 5 mins pour qu’elles deviennent croustillantes.

A l’oeil, on stoppe la cuisson et on lance la viande qui va aller vite à cuire.



Tout est prêt, on dresse l’assiette, pièce de bœuf bio, sauce échalotes, pommes de terre grillées, et petite salade bien assaisonnée , on vous conseille au vinaigre de balsamique, et on vous garantit un 100% succès !

Un bon verre pour accompagner le tout, et c’est parti pour un repas typique Français.