

# Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

## **BOEUF WELLINGTON**

pour 8 personnes :

1kg300 de coeur de rumsteak ou filet de boeuf sans barde - 2 càs d'huile neutre ou pépins de raisin - 500g pâte feuilletée - 2 oeufs pour dorer - sel - poivre -

Préchauffer le four à 220° (th.8). Poivrer la viande sur toutes les faces. La faire dorer dans l'huile dans une poêle sur tous les côtés. La poser dans un plat à four. Enfourner et cuire 25 minutes. Sortir et laisser refroidir.

Crêpes au persil : 100g farine tamisée - 2 pincées de sel - 30cl lait - 2 oeufs - 4 càs persil plat haché -

Mélanger la farine, le sel, la moitié du lait, les oeufs et le persil afin d'obtenir une pâte lisse, ajouter le reste du lait. Chauffer une grande poêle graissée (huile neutre) et verser à l'aide d'une louche de la pâte pour couvrir le fond. Quand la pâte est cuite, retourner la crêpe et cuire l'autre côté. Vous devez obtenir 4 (pour moi parce que j'ai une galetière) à 8 crêpes suivant la taille de la poêle.

Farce aux champignons : 2 grosses noix de beurre - 4 échalotes hachées - 600g champignons de Paris (chapeau marron ils sont meilleurs) émincés grossièrement - 100g chapelure (faite maison en hachant au blender du pain dur et conservée dans un bocal) 6 càs crème fraîche épaisse - 4 jaunes d'oeufs - 2 gousses d'ail - 2 càc sel - poivre -

Mettre le beurre à fondre dans une poêle et cuire les échalotes 7 à 10 minutes sans les colorer. Ajouter les champignons, faire cuire jusqu'à évaporation de leur eau. Mixer les champignons, la chapelure, la crème, l'ail et les jaunes d'oeufs. Assaisonner. Réserver.

Etaler la pâte feuilletée en un rectangle. Poser la moitié des crêpes sur la pâte et les recouvrir de la moitié de la farce. Poser dessus, au milieu, la viande. Recouvrir de la 2è moitié de la farce puis poser les autres crêpes de façon à bien pouvoir envelopper la viande. Découper 4 carrés de pâte dans les angles du rectangle de la pâte feuilletée. Les réserver. Badigeonner la pâte d'oeuf battu. Rabattre les 2 extrémités de la pâte sur la viande puis un grand côté, puis l'autre en appuyant bien. Badigeonner à nouveau d'oeuf battu. Décorer avec la pâte réservée (formes que vous désirez).

Poser le tout sur une plaque à pâtisserie légèrement humidifiée. Si vous préparez la veille, envelopper de film alimentaire et entreposer au réfrigérateur. Sinon préchauffer le four à 190° (th.6-7). Cuire 45 minutes environ jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Sortir et laisser reposer 5 minutes.

Si vous voulez vérifier la cuisson avec un thermomètre : 125-130° pour une viande bleue, 135° à point, 160° bien cuit.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr