PL-333

BOEUF MARINÉ ET GRATIN DE POMMES DE TERRE

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- BOEUF (PIECE DE)	4 pièces
- PORTO	200 ml
- AIL EN POUDRE	2 c à café
- BEURRE DE CUISSON	
- POMME(S) DE TERRE	4 à 6
- OIGNON(S)	1
- CREME FRAICHE	8 c à soupe
- CHEDDAR	200g râpé
- HARICOTS PRINCESSES	400g
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

1. ***Marinade des pièces de bœuf***

- Dans un plat non métallique, faites mariner pendant au moins 30 minutes, le bœuf dans le mélange porto – ail.

2. ***Haricots princesses***

- Faites cuire les princesses à la vapeur (micro-onde).

3. ***Préparation du gratin de pommes de terre :***

- Coupez les pommes de terre en fines rondelles.
- Faites de même avec l'oignon.
- Dans de petits moules individuels (huilés ou garnis avec du papier sulfurisé), façonnez le gratin en alternant couche de pomme de terre, d'oignon et de cheddar râpé.
- Ajoutez 2 cuillères à soupe de crème fraîche dans chaque ramequin puis salez, poivrez et remettez une couche de cheddar par-dessus.
- Faites cuire au four à mico-onde pendant 10 minutes position CRISP.

4. ***Cuisson du bœuf***

- Dans une poêle anti-adhésive, faites fondre un peu de beurre de cuisson.
- Egouttez les pièces de bœuf et saisissez-les dans le beurre chaud.
- Réservez au chaud.
- Déglacez la poêle avec la marinade et laissez épaissir (éventuellement ajoutez un peu de maïzéna).
- Servez les pièces de bœuf nappées de sauce au porto accompagnées du gratin de pommes de terre et de princesses nature.