

Steak Bio Limousin (Louvigny), sur Semoule Fine de Chou Fleur, Sauce Madère

Nombre de personnes : 2

Temps de préparation : 50 minutes

Ingrédients :

- STEAK(S)	2x Limousin de chez Louvigny
- CHOU-FLEUR	1/2
- ECHALOTE(S)	1
- CITRON(S)	1 c à soupe de jus
- BEURRE	
- PERSIL	
- FARINE	1 c à soupe
- BOUILLON DE VIANDE	200 ml
- MADÈRE (ALCOOL)	10 cl
- CRÈME FRAICHE	2 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	

Recette :

- Pour la semoule de chou : nettoyez et coupez le chou en grosse fleur. Passez-les au mixeur pour obtenir une semoule fine et le jus de citron.
- Emincez finement l'échalote. Faites-la revenir dans un peu de beurre, puis ajoutez la semoule de chou. Laissez cuire doucement pendant 10-12 minutes à couvert. Après ce temps, ajoutez le persil, salez et poivrez. Retirez du feu et homogénéisez. Répartissez 3-4 petits morceaux de beurre sur la surface et couvrez quelques minutes. Lorsque le beurre est fondu, émiettez la semoule à l'aide d'une fourchette. Réservez.
- Pendant ce temps, pour la sauce Madère, faites fondre un peu de beurre dans un caquelon, ajoutez la farine puis petit à petit en travaillant au fouet, le bouillon de viande. Terminez avec le Madère et un peu de crème pour obtenir la consistance souhaitée. Salez et poivrez. Réservez.



- Faites griller votre viande dans un poêle beurrée bien chaude selon votre goût. Salez et poivrez.
- Dressez la viande sur un lit de semoule de chou et nappez le tout de sauce au Madère.

<https://www.facebook.com/fermelouvigny>