

Envie de bœuf ?



Entrecôte parisienne du Natura-Beef et asperges fraîches

Cuisez un menu gastronomique avec des produits de qualité : une délicieuse entrecôte de Natura-Beef accompagnée d'asperges vertes fraîches de la région. Bon appétit !



Ingrédients pour 4 personnes

- 4 entrecôtes parisiennes du Natura-Beef (d'env. 180 g chacune)
- Épices pour viande
- 1 cs de beurre à rôtir
- 1 kg d'asperges vertes fraîches
- 1 citron
- 50 g de beurre
- Sel
- Poivre du moulin
- Beurre citronné

Pour le beurre citronné

- 100 g de beurre ramolli
- ½ citron, zeste et jus
- ½ cc de curcuma
- Sel
- Poivre du moulin

Préparation du beurre citronné

Travailler le beurre en mousse au batteur électrique. Râper le zeste du demi-citron et presser le jus. Mélanger au beurre et bien assaisonner. Remplir une poche à douille, former des rosettes sur un papier cuisson et réserver au frais.

Préparation des entrecôtes et des asperges

Éplucher le tiers inférieur des asperges et couper l'extrémité filandreuse. Porter une quantité d'eau suffisante à ébullition dans une grande casserole. Couper le citron en deux et l'ajouter avec le beurre et le sel dans l'eau. Ajouter les asperges et cuire dans l'eau frémissante (env. 15-20 minutes).

Assaisonner les steaks et les saisir 1 minute de chaque côté dans le beurre, puis les retirer du feu et les déposer sur une plaque préchauffée. Cuire pendant environ 25 minutes dans le four préchauffé à 80°C. Pour les deux dernières minutes de cuisson, monter la température à 200°C, afin que la viande soit bien chaude.

Dresser les steaks et les asperges sur les assiettes et déposer un peu de beurre citronné sur la viande. Parsemer les asperges avec un peu de poivre fraîchement moulu et servir aussitôt.

Servir avec un gratin de pommes terre ou des pommes de terre vapeur.

Source photo et recette: Kathrins Natura-Beef Fleischküche.