Difficulté

Viande : Bœuf

Morceaux : Hampe

Hampe de bœuf

Recette de Jérôme BRU Restaurant le B2K6 et Bistrot le Smorrebrod (63-Clermont-Ferrand)

TEMPS

Préparation : 1h30
Modes de cuisson : à poêler ou griller
Temps de cuisson : 45 min

PARTS

Recette pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- x4 pièces hampe de bœuf de 200 g
- Huile d'olive
- Poivre 6 baies
- Sel
- Cognac

Pour la sauce :

- 120 g parure bœuf
- 4 carottes
- 6 échalotes
- 3 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 3 g poivre 6 baies
- 2 cl cognac
- 1 l vin rouge
- 20 cl fond de veau
- 1 c.à.s d'huile

Pour les pancakes de pommes de terre :

- 4 grosses pommes de terre Bintje ou Agria
- 3 œufs entiers + 3 blancs d'œufs
- 3 c.à.s farine
- 50 g beurre fondu
- 3 c.à.s crème fraîche épaisse
- 50 ml lait environ
- Quelques feuilles de persil plat
- Sel
- Muscade
- Huile

PRÉPARATION

Pour la sauce :

1. Peler les légumes et les détailler en petits cubes.
2. Faire chauffer une cuillère à soupe d'huile dans une cocotte et y faire revenir les parures de bœuf. Ajouter les légumes et le bouquet garni, flamber au cognac. Déglacer avec le vin rouge et réduire à feu doux pendant 45 min environ.
3. Lorsque la sauce a réduit de moitié, ajouter le fond de veau chaud. Laisser cuire à nouveau quelques minutes, passer au chinois.
4. Poursuivre la cuisson jusqu'à ce que la sauce ait une consistance nappante. Réserver.

Pour les pancakes :

1. Peler les pommes de terre et les faire cuire à la vapeur. Pendant ce temps, faire fondre le beurre et réserver.
2. Réduire les pommes de terre en purée puis ajouter les œufs, le beurre fondu et la crème fraîche. Bien mélanger puis incorporer la farine et le lait.
3. Monter les blancs en neige et les incorporer délicatement à la préparation. Assaisonner en sel et râper un peu de muscade.
4. Faire chauffer une poêle à pancakes avec un peu d'huile sur feu moyen.
5. Déposer une petite louche de pâte dans la poêle, laisser cuire 4 à 5 minutes jusqu'à voir quelques bulles et retourner délicatement le pancake.
6. Poursuivre la cuisson 3 à 4 minutes. Garder au chaud.

Pour les hampes :

1. Faire chauffer un sautoir avec l'huile d'olive.
2. Saler les hampes sur les deux faces et les saisir sur les deux faces.
3. Débarrasser et couvrir d'un papier aluminium. Déglacer le sautoir avec un trait de cognac.
4. Ajouter la sauce et laisser réduire quelques instants. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Pour le dressage :

1. Disposer les pancakes dans les assiettes et ajouter les hampes de bœuf.
2. Répartir la sauce, poivrer et finir par quelques feuilles de persil ciselées. Servir de suite.

Crédit photo Sophie François-Mulhens