Difficulté

Viande : Bœuf

Morceaux : Filet

Tataki de Bœuf Limousin

Recette de Frédéric SCHUELLER
Truck de Chef (33-Bordeaux)

TEMPS

Préparation : 15 min
Modes de cuisson : à braiser
Temps de cuisson : 5 min

PARTS

Recette pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 500 g filet de bœuf
- 20 cl sauce soja salée
- 20 cl sauce soja sucrée
- 15 cl huile d'olive
- 4 sucrine
- 8 tomates cerises
- 4 radis roses
- 1/2 oignon rouge
- 1/4 botte ciboulette
- 5 cl vinaigre balsamique blanc ou jus de citron
- Sel fin
- Poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Découper votre pièce de bœuf en gros pavés, puis la saisir de chaque côté sur votre barbecue.
2. Mélanger les sauces soja et 5 cl d'huile d'olive, puis plonger le bœuf dans cette marinade. Laisser mariner au minimum 2h00.
3. Couper en deux vos salades sucrine et faites-les griller sur votre barbecue. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin.
4. Pour la sauce vierge: Emincer les radis, ciseler l'oignon rouge et couper en deux les tomates cerises. Ciseler la ciboulette et mélanger tous ces ingrédients avec 10 cl d'huile d'olive et de vinaigre balsamique blanc. Assaisonner de sel fin et poivre du moulin.
5. Dresser vos assiettes en y disposant le bœuf égoutté coupé en lamelles, disposer la sucrine à côté puis verser la sauce vierge. Déguster !

Crédit photo Phillipe Pêcher