

Filet de bœuf fumé au foin de Crau

déclinaison de panais

Ingrédients :

- 1,2 kg de panais
- 300 g de vin rouge
- 100 g de sucre
- 200 g de fond de bœuf
- 800 g de filet de bœuf
- 1/2 botte de romarin
- 40 g de foin de Crau
- 20 g de beurre



Parer et détailler le filet de bœuf et réserver au frais.

Éplucher les panais, tailler des bâtonnets de 3 mm de cotés et 6cm de long, réaliser une purée, tailler à la mandoline la julienne et les chips, faire frire les chips dans un huile à 160° C, cuire les bâtonnets dans le fond de bœuf avec une branche de romarin pour aromatiser et la purée assaisonnée et réserver en bain-marie au chaud.

Faire réduire le vin rouge avec le sucre de 2/3 et réserver à température ambiante.

Cuire les filets de bœuf à la minute suivant la cuisson désirée et dresser sur assiette avec la déclinaison de panais puis fumer le bœuf sous verre sur la table.