

VIANDE

FILET DE BŒUF / SAUCE MORILLE / RACINES / MÛRE-PRUNEAU / DAIKON CRESS® / NOIX

10 PORTIONS

DENREE	UNITE	QUANT	TECHNIQUE DE REALISATION
Tournedos de bœuf			1. Marquer un jus de bœuf (queue, parures et pied) en cuisson 180'. 2. Parer la longe, détailler en 10 tournedos. 3. Marquer sur plancha vive sur les deux faces les tournedos (max. 30'' par face), tamponner au beurre noisette, réserver sur grilles. 4. Cuire en basse-basse, 52°C 30%H ₂ O, au moment passer sous la salamandre 30'' ou enfourner à 280°C 1 à 2' selon épaisseur.
Longe de veau	Kg	1,8	
Queue de bœuf	Kg	0,70	
Carotte/oignon/poireau	Kg	0,30	
Pied de veau fendu	P	1	
Beurre	Kg	0,09	
Sauce morilles			1. Réhydrater la moitié des morilles déshydratées dans le bouillon tiède (40°C). Après 30', filtrer le bouillon et tailler en lanières les morilles réhydratées et les morilles surgelées. 2. Mixer en poudre très fine (⚠ ne pas respirer) au hotmix le reste des morilles déshydratées, tamiser si nécessaire. 3. Suer avec la moitié du beurre, vos échalotes et les lanières de morilles pendant 9' sur feu doux. Sur la fin ajouter la poudre fine. 4. Déglacer aux alcools, réduire de moitié pendant 5'. 5. Mouiller avec le jus de trempage filtré, le jus de bœuf et crème, réduire à texture nappante, puis monter au beurre froid (50% restant). 6. Réserver à +63°C filmé, au moment ajouter estragon ciselé (on peut décanter les champignons pour faciliter le dressage).
Morille déshydratée Extra	Kg	0,04	
Morille entière surgelée	Kg	0,15	
Bouillon de volaille PAI	L	0,20	
Echalote ciselée	Kg	0,08	
Beurre doux	Kg	0,10	
Vin jaune	L	0,10	
Noilly Prat	L	0,10	
Jus de bœuf en demi glace	L	0,20	
Estragon frais	B	1/10	
Crème fleurette 35%	L	0,40	
Garnitures			1. Eplucher et tailler en sifflets les racines, les glacer à blanc séparément. Les cébettes seront glacer à brun. Réserver à +63°C. 2. Eplucher les pdt, tailler en rondelles à l'aide du coupe légumes, plaquer et cuire en gratin.
Carotte (jaune, rouge, orange) cébettes et panais	Kg	1,2	
Pomme de terre	Kg	0,10	
Beurre doux	Kg	0,10	
Huile de pépins de raisins	L	0,05	
Pâte de fruit : mûre			1. Faire réduire à glace le jus de pruneau (à 40g). 2. Mélanger à froid, en sauteuse, la purée, les baies et l'agar-agar, porter à frémissement 3 minute en fouettant, retirer les baies, ajouter la glace de pruneau et couler en plaque rectangulaire, laisser figer pour former un gel. 3. Détailler la pâte de fruit en dès de 2~3 cm, appliquer de sésame sur une face , et réserver à température ambiante sur plaque filmé.
Purée de fruits Boiron mûre sans sucre	Kg	0,1	
Agar-agar	g.	1,5	
Baie de genièvre	Baic	3	
Jus de pruneau	L	0,25	
Sésame blanc/doré/noir	Kg	0,03	
Dressage			
Daikon Cress koppert Cress®	Bar q.	1/2	1. Purée de betteraves en Yin, surmontée des racines croisées. 2. Sauce morilles en Yang, y déposer le tournedos lustré au beurre noisette dessus. 3. Dès de mûre sur le côté, avec un cerneau de noix et cress en décoration.
Noix cerneau 	Kg	0,04	

MATERIEL

Ficelle, hotmix, rondeaux bas avec couvercles, chinois, russes, plaque rectangulaire, GN

Parer un filet (de porc, de veau...)

- Supprimer à la main les petites peaux collées contre le filet.
- En partant de la tête vers la queue du filet, inciser l'aponévrose (partie blanche) et la maintenir tout en la décollant sur toute la longueur à l'aide d'un désosseur.
- Procéder ainsi sur toute la surface. Le filet doit être net sans nerf, ni graisse. La chair ne doit pas être entaillée.

RENDEMENT

80 %

Les parures peuvent servir pour la confection d'un jus.

COMMENTAIRE

Le filet paré peut être détaillé en noisettes (sauté), ouvert et farci (rôti), mais également utilisé entier (rôti).



Inciser l'aponévrose.



Parer complètement le filet.