

Steak de bœuf sauce au vin rouge

(pour 4 personnes)

4 steaks de bœuf d'env. 2½ cm
d'épaisseur

1 c. à s. d'huile d'arachide

sel et poivre

Sauce:

2 échalotes (ou 1 oignon)

2 dl de vin rouge capiteux

grains de poivre écrasés

un peu de moutarde

thym broyé, sel

persil frais

50 g de beurre

Sauce:

Étuver les échalotes hachées menu dans le fond de cuisson (ajouter éventuellement un peu de beurre). Déglacer avec du vin rouge et ajouter quelques grains de poivre écrasés. Laisser réduire le tout (à 1 dl environ) et ajouter la moutarde et un peu de thym, saler. Hors du feu, y monter 50 g de beurre frais. Ne pas laisser réduire la sauce. Rectifier l'assaisonnement avec une c. à s. de persil frais haché.

Sécher les steaks avec du papier ménage et les saisir 4 min. de chaque côté dans l'huile chaude. Les sortir, saler, poivrer et réserver au chaud.