

Moins tendre mais plus goûteux que le filet, le faux-filet de bœuf, est un excellent morceau à poêler.

Un faux-filet de 2,5 cm d'épaisseur nécessite, 5 à 6 minutes de cuisson pour être saignant, 6 à 8 minutes pour être à point et 10 minutes environ pour être bien cuit.

FAUX-FILET ET SAUCE AU VIN

Pour 4 personnes

Cuisson : 15 min

Ingrédients :

- 800 g de faux-filet taillé assez épais
- 1 filet d'huile de tournesol
- 50 cl de vin rouge
- 40 g de beurre
- 40 g de farine
- sel
- poivre

La recette de Muriel :

- 1/ Saler et poivrer les faux-filets et les cuire dans une pêle très chaude pour les saisir.**
- 2/ Respecter ses appoints de cuisson.**
- 3/ Sortir la viande et la garder dans un endroit tiède.**
- 4/ Faire un roux avec le beurre et la farine en mouillant avec le vin rouge. Faire mijoter quelques minutes en remuant.**
- 5/ Servir les faux-filets nappés de sauce au vin et accompagnés d'une purée maison.**

Muriel vous souhaite un bon appétit !