

BOEUF STROGONOFF



PERSONNES : 2



PRÉPARATION : 20 mn



CUISSON : 20 mn



REPOS : 0 mn



TEMPS TOTAL : 40 mn

450 g de filet de bœuf

400 g de champignons

1 gros oignon

3 gousses d'ail

40 cl de crème fraîche

20cl de ketchup épicé

10 cl de Worcestershire

2 bouchons de cognac

noix de muscade râpée

tabasco (quelques gouttes)

1 cube de bouillon

de légumes ou poulet

huile végétale

sel, poivre

1. Préparez à l'avance le mélange de crème fraîche, Ketchup épicé, sauce à steak, sel et poivre noir dans un bol que vous mettrez au réfrigérateur.

2. Coupez la viande en petits cubes et l'oignon en lamelles. Faites chauffer l'huile végétale dans une poêle et versez les gousses d'ail pilées, l'oignon, puis le cube de bouillon. Mélangez bien le tout jusqu'à ce que l'oignon soit roussi.

3. Versez les champignons préalablement coupés en lamelles et faire réduire un moment. Ajoutez les morceaux de viande et faites revenir le tout. Assaisonnez de poivre noir et de noix de muscade.

4. Quand tout est bien cuisiné, ajoutez le cognac et faites éventuellement flamber.

5. Sortez le mélange de crème fraîche du réfrigérateur. Incorporez le mélange sur la viande, au fur et à mesure, jusqu'à ce que la sauce soit bien absorbée par la viande.

Pour finir... Dès que la couleur est uniforme et que la consistance est onctueuse, éteignez le feu et servez avec du riz blanc.

