

Filet mignon sauce crémeuse au cognac

Préparation: 30 minutes

Cuisson: dépendamment de la cuisson

Portions: 4

~Ingrédients pour les épices à frotter

- 1 c.à soupe de paprika
- 1 c.à soupe de poudre d'ail
- 1 c.à soupe de moutarde sèche
- 1 c.à soupe de romarin séché (moi, romarin frais)
- 1 1/2 c. à thé de sel
- 1 c. à thé de poivre noir fraîchement moulu
- 4 steaks filet mignon, 1 1/2 pouces d'épaisseur
- 1 c.à soupe d'huile d'olive

~Ingrédients pour la sauce

- 1 c. à soupe de beurre non salé
- 1 échalote, hachée
- 2 c. à soupe de persil plat, haché
- 2 c. à soupe de cognac
- 1 c. à soupe de moutarde de Dijon
- 2 c. à soupe de pâte de tomate
- 1 tasse de bouillon de bœuf
- 1/2 tasse de crème épaisse (moi 15% à cuisson)
- Poivre de Cayenne, au goût
- Sel, au goût
- Poivre noir fraîchement moulu, au goût

~Préparation de la viande

1) Dans un petit bol, mélanger ensemble le paprika, la poudre d'ail, la moutarde, le romarin, le sel et le poivre noir. Saupoudrer (frotter) la viande partout, en réservant 1 c. à table. Laissez les steaks reposer à température ambiante pendant au moins 15 minutes ou jusqu'à 1 heure, ou couvrir et réfrigérer jusqu'au lendemain. Porter à la température ambiante, si nécessaire, avant la cuisson.

2) Dans une grande poêle, à frire à feu moyen-vif, faire chauffer l'huile d'olive. Ajouter les steaks et faire cuire à la cuisson désirée, en tournant une fois, 3-5 minutes de chaque côté. Transférer les steaks sur une assiette et laisser reposer, de tentes feuille de papier d'aluminium, tandis que vous faites la sauce de la poêle.

~Préparation de la sauce

1) Dans la même poêle, à feu moyen, faire fondre le beurre.

Ajouter l'échalote et le persil et faire revenir jusqu'à ce que l'échalote est adoucie, 2-3 minutes.

2) Retirer la casserole du feu et ajouter le Cognac. Revenir brièvement à la chaleur pour réchauffer; puis retirer du feu à nouveau pour flamber le Cognac.

3) Lorsque la flamme a brûlé, remettre la casserole sur feu vif et fouetter la moutarde, la pâte de tomate, la c. à table réservée d'épices à frotter, et le bouillon de bœuf.

Cuire, en remuant souvent, pour réduire la sauce de moitié, 4-5 minutes.

4) Retirer la casserole du feu et incorporer la crème et le poivre de Cayenne au goût.

Ajouter les jus accumulés dans les steaks. Assaisonner au goût avec le sel et le poivre noir.

source: Philippe Loubert transcrit et traduit par ~Lexibule~

<http://lesmillesetundelicedelegibule.blogspot.ca/> Les mille et un délices de Lexibule