

Côte de bœuf et patates de noirmoutier

Pour 2 personnes affamées : 1,1kg de côte de bœuf crue – 500g de pommes de terre de noirmoutier – 50g de beurre demi-sel – Huile d'olive – Sel – Poivre

Préchauffez votre four à 260°C (ici le four est à gaz, donc pour un four tradi, passez à 240/220°)

Dans un grand plat en fer allant au four, placez le beurre coupé en morceaux et 3CS d'huile d'olive. Lavez vos patates sans les éplucher. Mettez-les dans le plat et remuez bien pour qu'elles deviennent brillantes d'huile. Enfournez pour 45min.

Pendant ce temps là, coupez votre côte de bœuf crue en 2 et badigeonnez-la d'huile d'olive, salez et poivrez. Recommencez de l'autre côté. Laissez mariner pendant 40min de cuisson des pommes de terre.

Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive dedans. Saisissez votre viande de tous les côtés (bords inclus) pour que pendant la cuisson au four, la viande garde son jus et sa tendresse.

Sortez les patates du four, et dans le même plat placez la viande. Enfournez pour 10/15min pour une viande saignante/à point (voire un peu plus longtemps si vous l'aimez bien cuite).

Faites chauffer des assiettes avant de servir pour que la viande ne refroidisse pas trop vite au contact d'une assiette froide. N'hésitez pas à joindre une sauce à l'échalote à ce plat très masculin !



