

RECETTE CUISINE des GONES

ONGLET à L'ECHALOTES

Ingrédients :

- 600 gr steaks dans l'onglet
- 8 échalotes
- 60 gr de beurre
- 1 c. à soupe d'huile
- 2 c. à soupe de vinaigre de cidre
- sel et poivre



Recette:

- Pelez et émincez finement les échalotes.
- Chauffez 20 g de beurre et l'huile dans une poêle sur feu vif.
- Faites-y griller les steaks de 3 à 5 min selon la cuisson voulue et leur épaisseur, en les retournant à mi-cuisson. Mettez-les de côté sur une assiette au chaud.
- Jetez la graisse de cuisson, sans laver la poêle.
- Remettez 20 g de beurre dedans. Faites-y revenir les échalotes 5 min.
- sur feu doux. Saler et poivrer. Arrosez avec le vinaigre et le jus rendu par les steaks.
- Retirez du feu et incorporez les derniers 20 g de beurre.
- Salez et poivrez les steaks. Recouvrez-les échalotes et servez aussitôt.

Bon appétit