RECETTE DE CUISINE DES GONES

LE BOEUF A LA FICELLE DE PAUL BOCUSE

Pour 6 personnes

Temps de préparation15 minutes
Temps de cuisson40 minutes

Ingrédients :
25 g de gros sel
5 g de poivre en grain
1 oignon piqué de 3 clous de girofle
1 branche de persil
1 branche de cerfeuil
1 branche d'estragon
6 blancs de poireaux
2 cœurs de céleris
3 tomates
2 kg de filet de bœuf paré et ficelé
200 g de carottes et navets coupés en bâtonnets
Croûtons de pain
Gruyère râpé

Recette

Dans une marmite ou un faitout, versez 3 litres d'eau, le sel et le poivre.
Ajoutez l'oignon piqué des clous de girofle,
les branches de persil, de cerfeuil et d'estragon.
Ajoutez aussi les blancs de poireaux,
le céleri, les tomates et les légumes en bâtonnets.
Portez le tout à ébullition.
Plongez ensuite le filet de bœuf dans le bouillon
en l'attachant par une ficelle à la poignée du récipient.
Ce sera plus simple pour le retirer ensuite.
Écumez et laissez cuire à lente ébullition
en comptant 10 à 15 minutes par livre de viande
(donc entre 40 minutes et 1 heure pour un filet de 2 kg).
La viande doit rester rouge rosé à la coupe.
Servez le filet de bœuf entouré de ses légumes et accompagné d'une sauce tomate
à l'estragon et à la ciboulette par exemple.

Bon Appétit