



Les plats principaux

## **Beefsteak-frites avec sauce béarnaise**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

#### **Pour le beefsteak**

4 steaks (bœuf Belge)  
6 pommes de terre (grosses)  
20 grammes de beurre (bon)  
sel de mer  
poivre  
sel

#### **Pour la sauce**

150 grammes de beurre (froid, en noisettes)  
4 jaunes d'œuf  
3 cuillères à soupe de vinaigre à l'estragon  
5 cuillères à soupe d'eau  
2 cuillères à soupe d'estragon (séché)  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Épluchez les pommes de terre, lavez-les, séchez-les et coupez-les en grosses frites. Précuissez d'abord les frites par portions à 140°C. Faites-les refroidir sur de l'essuie-tout.

Pour la sauce béarnaise, dans une petite poêle et à feu doux, battez les jaunes d'œuf avec le vinaigre d'estragon et l'eau jusqu'à obtenir une mousse épaisse. Incorporez-y petit à petit les noisettes de beurre froid jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse. Battez encore au moins 5 minutes et assaisonnez avec poivre, sel et estragon haché.

Salez et poivrez les steaks. Cuisez-les 3 minutes de chaque côté dans le bon beurre dans une poêle à fond épais ou une poêle à frire. En fonction de l'épaisseur, la viande est maintenant entre saignant et à point. Emballez les steaks dans une feuille d'aluminium et laissez reposer 5 minutes.

Cuisez les frites croquantes une deuxième fois à 175°C. Salez avec du sel de mer. Servez les steaks avec les frites et la sauce béarnaise.

Servez encore un peu de salade finement coupée, des petites tomates-cerise et la ciboulette pour une décoration riche en couleurs.

### **Ustensiles de cuisine**

Friteuse

Poêle à griller

