

wineXpert[®] LE20

SURLONGE MARINÉE À L'ASIATIQUE AVEC LÉGUMES VERTS GRILLÉS À LA VAPEUR

Ouvrez une
bouteille de rouge et
servez ce steak savoureux
lors d'un rendez-vous romantique
à la belle étoile.

SERVIR AVEC: **WINEXPERT[®] LE20 GRENACHE TANNAT SHIRAZ**

Donne: 2 à 3 portions

INGRÉDIENTS:

- 3 c. à table de sauce soja
- 2 c. à table d'huile de sésame grillée
- 2 c. à table de mirin (vin de riz) ou de xérès
- 1 c. à table (chacun) d'ail et de gingembre hachés
- 1 c. à table de cassonade tassée
- Pincée de flocons de piment
- Haut de surlonge (environ 10 à 12 oz) 1/2 po d'épaisseur,
- 1 petite botte de bettes à carde ou de feuilles de betteraves, parées et hachées grossièrement
- 2 c. à table de beurre
- 1 grosse gousse d'ail, finement tranchée
- Sel et poivre (au goût)
- 1 cube de glace

PRÉPARATION:

Incorporer la sauce soja avec l'huile de sésame, le mirin, l'ail, le gingembre, le sucre et les flocons de piment. Verser sur le steak; laisser mariner au moins 2 heures ou toute la nuit.

Utiliser des pinces pour retirer le steak et bien l'éponger (réservez la marinade si vous le souhaitez pour préparer la sauce, voir le conseil à ce sujet). Laisser le steak reposer à température ambiante pendant 20 minutes. Préchauffer le gril à puissance moyenne.

Superposer 2 grandes feuilles de papier d'aluminium perpendiculaires l'une à l'autre; disposer les bettes à carde sur la portion superposée. Répartir le beurre et l'ail sur le dessus; assaisonner avec du sel et du poivre au goût. Ajouter un glaçon. Replier le papier d'aluminium et bien le fixer pour obtenir un grand baluchon plat.

Assaisonner légèrement le steak avec du sel et du poivre; griller pendant 5 à 7 minutes de chaque côté pour une cuisson rosée à médium ou jusqu'à ce qu'il soit cuit selon votre préférence. Laisser reposer, recouvert de papier d'aluminium, pendant 5 minutes avant de trancher la viande dans le sens contraire au grain.

Pendant ce temps, ajouter la petite botte de bettes à carde sur la grille; griller pendant 10 minutes, en retournant plusieurs fois pour une cuisson uniforme. Retirer le baluchon et le déposer sur une plaque et le déballer soigneusement, en se protégeant les mains de la vapeur.

Servir le steak en tranches avec des légumes verts en accompagnement.



CONSEILS:

SAUCE FACULTATIVE:

Verser la marinade réservée dans une petite casserole. Fouetter 1/2 tasse de bouillon de bœuf avec 2 c. à thé de fécule de maïs; incorporer à la marinade. Porter à ébullition. Cuire en remuant de 3 à 5 minutes ou jusqu'à la sauce épaississe légèrement et soit onctueuse. Retirer du feu et incorporer 1 c. à table de beurre; Garder au chaud.

Cette recette peut être doublée facilement, mais faites deux ballots de légumes verts pour faciliter la manipulation sur le gril.

