

Une envie de bœuf ?

« Filet paysan Natura-Beef » du Guldenthal



Cette délicieuse recette a été créée par Sandra Mächler, agricultrice et restauratrice au Guldenthal/Ramiswil (<http://www.guldenthal.ch/>), qui voulait revisiter la viande hachée pour ses clients. Chaque bœuf fournit environ 30 à 40 kg de viande hachée, ce qui représente jusqu'à un tiers du rendement à l'abattage. Comme tous les autres morceaux de viande issus des animaux de l'exploitation Guldenthal, cette viande est servie directement au restaurant de la ferme.



Ingrédients :

- 500 g de viande hachée Natura-Beef
- 250 g de chair à saucisse de veau (Natura-Veal)
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- env. 180 g de viande séchée coupée en tranches fines
- sel, poivre, paprika
- pâte feuilletée abaissée (28 x 42 cm)
- 1 œuf

Préparation :

1. Hacher finement l'oignon, écraser la gousse d'ail et faire revenir le tout quelques minutes dans un peu de beurre, puis laisser refroidir.
2. À la main, bien mélanger la viande hachée, la chair à saucisse et le mélange d'ail et d'oignon dans un saladier. Assaisonner et bien mélanger à nouveau.
3. Dérouler la pâte feuilletée et l'humecter d'eau à l'aide d'un pinceau. Recouvrir immédiatement d'une épaisse couche de viande séchée, en laissant env. 2 cm libres sur les bords.
4. À l'aide d'une spatule, répartir délicatement le mélange de viande hachée/chair à saucisse au milieu de la pâte.
5. Rouler la pâte et rabattre les extrémités. Battre l'œuf et badigeonner le filet.
6. Cuire env. 40 à 45 minutes dans le four préchauffé à 180°C (chaleur tournante).
7. Découper le filet paysan en tranches de 2 à 3 cm d'épaisseur et servir avec l'accompagnement de votre choix, par exemple de la salade ou des légumes de saison.

Le « filet paysan Natura-Beef » se prête très bien à la congélation. Enrouler le filet prêt et pas encore cuit dans deux couches de film alimentaire, dater et déposer dans le congélateur. Sortir le filet du congélateur env. 8 à 10 heures avant utilisation et le laisser décongeler au réfrigérateur. Éventuellement, le badigeonner une nouvelle fois d'œuf. La cuisson se fait comme pour le filet fraîchement préparé.

Bon appétit !