

Tournedos au gru  de cacao et poivre

Ingrédients (pour 6 personnes) :

6 tournedos de boeuf bard s, de 200 g chacun + 5 cuil.   soupe de gru  de cacao + 2 cuil.   soupe de poivre noir de Madagascar + 40 g de beurre + 1 dl de cognac + 2,5 dl de fond de veau + 1 cuil.   soupe de cacao en poudre non sucré + huile d'olive, jus de citron + sel.

Préparation :

Allumez le four à 140  C (th. 4-5). Concassez le poivre dans un mortier. Salez les tournedos et passez-les dans le poivre, sur les deux faces.

Faites chauffer 1 cuil.   soupe d'huile d'olive dans une grande poêle, avec la moitié du beurre. Dès que celui-ci est fondu, faites saisir les tournedos des deux côtés. Disposez-les dans un plat, à glisser dans le four pour les garder au chaud.

Débarrassez la poêle du gras qu'elle contient et versez-y le gru . D glaquez avec le cognac, puis ajoutez le fond de veau et le cacao. Faites réduire légèrement la sauce.

Incorporez le beurre restant et quelques gouttes de jus de citron dans la poêle. Mélangez. Sortez la viande du four et nappez-la de sauce. Servez aussitôt.