Onglet à l'echalote au vin et roast beef et bouquetière de légumes

Onglet à l'echalote au vin (pour 4 personnes)

- 20 grosses échalotes
- 4 onglets de boeuf de 200 g
- 1 càs de poivre mignonnette gris
- 2 branches de thym frais
- 60 cl de vin rouge corsé
- Beurre
- Huile d'arachide
- Sel et poivre du moulin

1/ Epluchez et émincez les échalotes. Faites chauffer du beurre et de l'huile dans une poêle. Faites-y suer les échalotes avec le poivre mignonnette et le thym.
2/ Mouillez avec le vin rouge et prolongez la cuisson pendant 15' jusqu'à obtention d'une compote épaisse.
3/ Dans une autre poêle, faites cuire les onglets à la cuisson souhaitée dans le reste du beurre et de l'huile.
4/ Nappez les onglets de sauce à l'échalote et servez immédiatement avec des pommes frites.

Roast beef et bouquetière de légumes (pour 4 personnes)

- 1 roast beef de 1,4kg
- 4 échalotes
- 2 carottes
- 1 bouquet garni
- 2 dl de fond de veau brun
- 200 g de haricots verts fin
- 200 g de jeunes carottes
- 200 g de petits pois
- 6 feuilles de laitues
- 12 pdt nouvelles
- 1/2 botte de persil frisé
- 200 g de beurre
- Sel et poivre du moulin

1/ Préchauffez votre four à 200°c.
2/ Dans du beurre bien chaud, faites dorer la pièce de viande sur toutes ses faces, dans un ustensile allant au four. Assaisonnez de sel et poivre.
3/ Entourez-le des carottes en tronçons, des échalotes épluchées et du bouquet garni. Enfournez 30'. (20' au Kilo)
4/ Pendant ce temps, blanchissez les jeunes carottes et les haricots verts séparément en les gardant croquants. Cuisez les pommes de terre à l'anglaise.
5/ Lorsque le roastbeef est cuit, débarrassez-le au chaud. Déglacez l'ustensile avec un filet d'eau et le fond. Grattez bien pour récupérer les sucs de cuisson, et laissez réduire.
6/ Pendant ce temps, étuvez vos légumes séparément au beurre, salez et poivrez légèrement. Ajoutez la salade ciselée dans les petits pois.
7/ Passez la sauce au chinois pointu, et montez-la au beurre.
8/ Taillez la viande en belles tranches, servez avec la bouquetière et les pommes de terre saupoudrées de persil. Sauce à part.

Regardez la vidéo : http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/recettes/article_onglet-a-l-echalote-au-vin-et-roast-beef-et-bouquetiere-de-legumes?id=9250727&emissionId=5931