

CÔTE DE BOEUF À LA MOELLE

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes



Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 grosse côte de boeuf d'environ 3 livres
 - 150 g de moelle de boeuf
 - 30 g de Roquefort
 - 30 g de mie de pain de campagne
 - 1/2 verre de lait
 - 1 jaune d'oeuf
 - 1 botte de cerfeuil
 - 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
-
- sel, poivre

Recette :

Humidifier la mie de pain dans un peu de lait chaud puis l'essorer.

Laver et sécher les feuilles de cerfeuil.

Hacher grossièrement ensemble le Roquefort, la mie de pain et le cerfeuil.

Mettre le tout dans un saladier et ajouter au mélange le jaune d'oeuf battu à la fourchette.

Préchauffer le four à 200 °C (th. 8).

Huiler la côte de boeuf à la main et la saisir à feu vif dans une large sauteuse, environ 6 minutes par face.

Retirer la côte et la laisser refroidir avant de l'inciser dans son épaisseur afin de former une poche.

Introduire la farce, puis ficeler.

Saler et poivrer.

Enfourner la côte et la laisser rôtir au four entre 25 et 30 minutes. La retourner en milieu de cuisson.

Faire pocher la moelle pendant 10 minutes à l'eau bouillante salée, puis la découper en fines rondelles.

Disposer les rondelles de moelle sur la côte et servir dans un plat chaud.

Accompagner la côte de petits fagots de haricots verts extra fins.