



FILET MIGNON AUX LANGOUSTINES 1/2

Mélange Terre et mer made in Bretagne



Ingrédients (sauce pour 8/10 personnes)

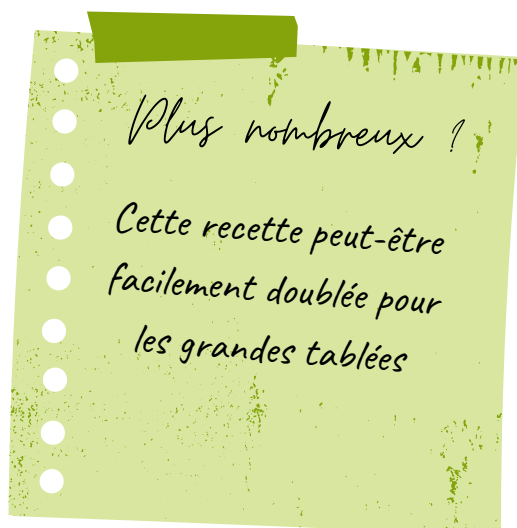
La sauce dans la poêle :

- Beurre demi-sel et huile
- Les têtes des langoustines
- Un peu de calva pour flamber
- 300g de cidre breton brut

La sauce dans le TM:

- 50g d'échalote
- 150g de poireau (ou poireau céleri branche en mélange)
- 30 à 40g de lardons fumés
- 1 c à café de bouillon de volaille (ou légume)
- 100g de Crème liquide
- 1 à 2 c à café de Paprika fumé

Comptez 1 filet mignon pour 4 personnes
Comptez 3 langoustines crues par personne





FILET MIGNON AUX LANGOUSTINES 2/2

DANS LA POÊLE

- Assaisonner le filet mignon avec sel et poivre (si possible 1h avant la cuisson)
- Dans une grande poêle, faire fondre beurre et huile et saisir le filet mignon sur ses 2 faces. Réserver
- Pendant la cuisson du filet mignon, séparer les têtes des queues de langoustine.
- (Réserver les queues au frais qui seront cuites au dernier moment)
- Faire sauter les têtes sur feu vif, flamber au Calva et déglacer au Cidre et laisser mijoter qq minutes

AU THERMOMIX

- Verser le contenu de la poêle dans le bol du Thermomix.
- **Mixer quelques secondes vit 5 pour éclater les carapaces sans mixer complètement** et filtrer à travers le panier cuisson – Réserver
- Rincer le bol et y peser échalotes et poireau, **hacher 5 sec vit 5**
- Ajouter le beurre, les lardons et **faire suer 5mn à varoma sans le gobelet doseur**
- Ajouter le jus de langoustine (contenu dans la poêle et filtré), le bouillon de volaille/légume et **cuire 10mn à varoma vit 1**
- Ajouter le paprika fumé et **Mixer 30 sec vit 8/10**
- Rectifier l'assaisonnement et réserver

Le jour « J »

Le filet mignon n'est pas encore cuit à cœur. Il faut terminer sa cuisson, soit au four, soit au varoma enveloppé dans un film alimentaire résistant à la cuisson. Mais si vous avez choisi de l'accompagner des petits gratins de panais aux noisettes, le four sera chaud alors autant en profiter 😊

Comptez 25 à 30mn de cuisson à four chaud, préchauffé à 170°, ou pour assurer une cuisson parfaite, utilisez le nouveau Thermomix sensor ;)

Thermomix Sensor

- Sorti fin 2023, ce petit
- accessoire permet de lever vos
- doutes sur pas mal de cuissons,
- et surtout celle de la viande.
- Choisissez votre cuisson et la
- sonde tient compte aussi du
- temps de repos après cuisson.
- Un vrai bijou pour les amateurs
- de cuisson parfaite ;)