

STEAK-FRITES



Le steak-frites est le plat de brasserie le plus commandé en France. Pour un résultat parfait à la maison, sortez la viande du réfrigérateur 30 minutes avant. Faites chauffer la poêle très fort avec un filet d'huile.

Infos

- **Temps de préparation:** 10 mins
 - **Temps de cuisson:** 20 mins
 - **Portions:** 2 personnes
-

Ingredients

- 2 steaks de bœuf (entrecôte ou faux-filet, 200g chacun)
 - 800g de pommes de terre à frites
 - Huile de friture ou huile d'olive
 - 1 noix de beurre
 - Fleur de sel
 - Poivre du moulin
-

Préparation

Etape 1

Coupez les pommes de terre en bâtonnets réguliers. Rincez-les et séchez-les soigneusement dans un torchon.

Etape 2

Plongez les frites dans l'huile chaude (170°C) pendant 5 minutes. Égouttez, montez à 180°C et replongez 3 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes.

Etape 3

Sortez la viande 30 minutes avant. Faites chauffer une poêle très fort avec un filet d'huile. Saisissez le steak 2-3 minutes par côté selon la cuisson souhaitée. Ajoutez le beurre en fin de cuisson.

Etape 4

Laissez reposer le steak 2 minutes. Assaisonnez de fleur de sel et poivre du moulin. Servez avec les frites croustillantes.