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.