

## TOURNEDOS D'AUTRUCHE FACON ROSSINI

### SAUCE AU BYRRH



8 Personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 1 h

*Ingrédients :*

8 tournedos d'autruche \* 50 cl d'huile d'arachide \* 350g foie gras mi-cuit

*sauce :* 100 g d'oignon \* 0.5 l de Byrrh \* 0.3 l fond de veau brun lié

*garniture :* 1 kg pomme de terre \* 1 kg céleri rave \* 1 kg carottes \* 1 c à café d'huile d'olives \* qq branches de cerfeuil \* 1 pincée de fleur de sel

*Pour la sauce :* Rissoler l'oignon taillé en dés. Déglacer au Byrrh et laisser réduire de moitié. Ajouter le fond réhydraté et laisser encore réduire. Passer, vérifier le goût, l'onctuosité et l'assaisonnement.

*Pour la garniture :* Faire des billes de pomme de terre, sauter et finir au four. Le céleri et les carottes en grosses billes, cuisson à l'eau bouillante, rafraîchir. Mélanger les 3 légumes et sauter au moment de servir. Saler.

*Au moment de servir :* faire sauter les tournedos selon l'à point de cuisson demandé. Tailler de petites escalopes de foie gras les placer sur le tournedos. Dans l'assiette, au centre le tournedos et le foie gras, autour la garniture et la sauce.

## RÔTI D'AUTRUCHE AUX AIRELLES

4 Personnes

Préparation : 35 mn

Marinade : 2 h

Cuisson : 30 mn

*Ingrédients :*

1 rôti d'autruche de 700 à 800 g \* 1 chou vert \* 3 brins de romarin \* 1 bocal d'airelles au naturel \* 2 gousses d'ail \* huile d'olive \* 200g de gros sel \* sel fin \* 3 c. à soupe de poivre mignonnette

# *Mélanger* le gros sel, le poivre, 2 brins de romarin effeuillé et 3 c. à soupe d'huile d'olive. En étaler une couche dans un plat à bords hauts, poser le rôti dessus puis le recouvrir du reste. Laisser mariner ainsi 2 h au frigo.

# *Eliminer* les premières feuilles du chou, retirer le trognon et émincer le chou. Le blanchir 3 min à l'eau bouillante salée puis faire étuver à couvert 10 min dans une cocotte avec 2 c. à soupe d'huile, l'ail pelé et haché. saler et poivrer.

# *Préchauffer* le four à 210°C. essuyer le rôti mariné et le poser dans un plat huilé. Mettre au four 25 min. réchauffer les airelles dans leur jus.

Sortir le rôti du four et le laisser reposer 5 min sous un papier d'aluminium.

# *Trancher* le rôti et servir avec les airelles égouttées et la fondue de chou. Décorer de romarin.

## TOURNEDOS D'AUTRUCHE, ANANAS POIVRE ET SAUCE AU VIN

4 Personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 4 à 6 min

*Ingrédients :*

4 tournedos (ou pavés d'aiguillettes ou pavés) d'autruche \* 8 tranches fines de jambon de montagne \* 2 ananas Victoria \* 1 feuille de sauge \* 1 c. à café de poivre mignonnette \* 25 cl de vin rouge du roussillon \* 15 cl de fond de veau instantané \* 40 g de beurre \* sel \* poivre.

# *Plier* en deux dans la longueur les tranches de jambon puis entourer chaque tournedos ou pavé d'autruche de 2 tranches de jambon. Les maintenir avec une ficelle de cuisine.

# *Couper* les ananas en tranches d'env. 1 cm d'épaisseur. Les poivrer et les poser sur un plat à mi-hauteur, sous le gril du four. Faire dorer de chaque côté puis réserver-les au chaud.

# *Faire* fondre 20g de beurre dans une poêle. Saisir les tournedos 1 min de chaque côté puis prolonger un peu leur cuisson de 2 à 4 min selon leur épaisseur et votre goût. Les garder au chaud hors de la poêle. Jeter la graisse de cuisson et déglacer avec le vin. Ajouter le poivre, la sauge et laisser réduire. Ajouter le fond de veau, laisser réduire à nouveau jusqu'à ce qu'il reste env 10 cl de liquide.

# *Passer* la sauce au chinois. Incorporer alors 20g de beurre en petites parcelles en fouettant et rectifier l'assaisonnement. Servir les tournedos avec l'ananas doré, nappés de sauce au vin.

## PAVES D'AUTRUCHE AU VINAIGRE DE FRAMBOISE ET PUREE DE CELERI

6 Personnes

Préparation : 25 min

Cuisson : 45 min

*Ingrédients :*

6 pavés d'autruche de 150 g \* 1 boule de céleri rave \* 600g de pomme de terre \* 10 cl de crème fraîche liquide \* 70g de beurre \* 1 c. à soupe d'huile \* 2 c. à soupe de vinaigre de framboise \* 15cl de porto \* 1 c. à soupe de fond de veau déshydraté \* 1 petite truffe en conserve \* 1 bouquet de ciboulette \* sel, fleur de sel, poivre.

# *Eplucher le céleri*, le couper en gros morceaux, le faire cuire 15 min à l'eau bouillante salée. Il doit être tendre. *Plonger* les pommes de terre pelées dans une casserole d'eau froide salée. Porter à ébullition, laisser cuire 20 min.

# *Egoutter* céleri et pomme de terre, les passer ensemble au moulin à légumes. incorporer 40 g de beurre, la crème liquide, la truffe taillée en bâtonnets et son jus. Garder au chaud.

# *Poêler* env 3 min de chaque côté les pavés poivrés avec le rest de beurre et l'huile dans la poêle. Les mettre 5 min de côté au chaud dans un papier d'aluminium. *Déglacer* la poêle avec le vinaigre et le porto en grattant les sucs. Ajouter le fond de veau et 3 c. à soupe d'eau, faire épaissir 2 min. goûter

# *Disposer la purée* en quenelles sur les assiettes chaudes. Ajouter les pavés, saler avec un peu de fleur de sel, verser un cordon de sauce. Décorer de ciboulette et servir aussitôt.

## QUELQUES IDEES DE SAUCES POUR BAVETTES, STEAK ...

SAUCE AU ROQUEFORT: 30g de beurre – 80g de roquefort – 3 c. à soupe de crème fraîche – 1 échalote – poivre.

Laisser chauffer 2 min le beurre, le roquefort et l'échalote, ajouter la crème fraîche. Porter à ébullition, poivrer et c'est prêt.

SAUCE SOUBISE : 350g d'oignon – 1dl de crème, de vin blanc, de jus de viande et bouillon – 30g de beurre - 1/3 liter de sauce blanche.

Couper les oignons grossièrement, et laisser cuire 10 min à l'eau bouillante. Les égoutter. Dans une casserole, les faire mijoter avec le beurre, le vin, le bouillon, et le jus de viande. Tamiser ajouter le tout à la crème et à la sauce blanche. Assaisonner, ne pas recuire.

SAUCE AU POIVRE VERT : 3 échalotes – 1 c. à soupe de cerfeuil haché – 1 verre de vin blanc sec – beurre – 1 dl de crème liquide – thym, laurier, sel et poivre – 1 petite boîte de poivre vert.

Faire fondre les échalotes hachées dans le beurre, ajouter le vin blanc, le poivre vert, le cerfeuil haché, thym, laurier, le sel, du poivre, laisser réduire et ajouter la crème.

SAUCE AU BEURRE ROUGE 2 échalotes – 10cl de vin rouge corsé – 60g de beurre – sel - poivre

Hacher les échalotes et les étuver dans une noix de beurre. Ajouter le vin rouge et faire réduire pendant 30 min pour obtenir env 2 à 3 c à soupe

liquide. monter ensuite au fouet avec le beurre coupé en petits morceaux. Saler et poivrer.



Le mas de la guardia  
vous propose  
quelques idées de  
recettes pour  
déguster la viande  
d'autruche

La viande d'autruche a la saveur de la viande rouge et les atouts de la volaille : maigre, digeste et .....sans cholestérol.

**BON APPETIT**