



35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé
mickael.doire@traditionsarthoise.fr



Facile



2 personnes



10 min de préparation



6 min de cuisson

Entrecôte au bleu



Suggestions:

Côtes de Blaye

Saint Emilion

Ingrédients

1 entrecôte de 450g
150g de bleu d'Auvergne
ou des Causses
50g de beurre
Huile d'arachide
Sel, poivre

Préparation

- 1 Malaxez le bleu et le beurre dans une terrine.
- 2 Badigeonnez d'huile un gril en fonte et faites chauffer sur le feu vif.
- 3 Déposez l'entrecôte 3 minutes pour la saisir. Puis retournez-la et faites-la cuire pendant 3 minutes. Salez et poivrez.
- 4 Déposez sur la viande quelques morceaux de bleu juste avant la fin de la cuisson et servez aussitôt.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur

Pour une viande tendre, saisissez-la 1 à 2 minutes de chaque côté.



Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur Tradition Sarthoise