

# PAVÉ DE BŒUF, SAUCE MOUTARDE, GAUFRE DE POMMES DE TERRE ET MOUSSELINE DE CAROTTES

 Nombre de personnes : 4 personnes

## INGRÉDIENTS

---

- 1 morceau de merlan de 600g

### Pour la sauce moutarde

- 2 échalotes
- 20 cl de vin blanc sec
- 1 grosse cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- 15 cl de crème liquide
- sel, poivre du moulin

### Pour les gaufres de pomme de terre

- 400 g de pommes de terre

- 2 œufs
- 1,5 cuillère à soupe de farine
- 30 g de fromage râpé
- 90 g de crème
- ½ botte de ciboulette

### Pour la mousseline de carotte

- 8 carottes
- 10 cl de jus d'orange
- 20 cl de bouillon de volaille
- 50 g de beurre

## PRÉPARATION

---

### Pour la mousseline de carotte:

1. Émincer les carottes finement. Les faire suer dans une casserole avec un peu de beurre.
2. Déglacer avec le jus d'orange, laisser réduire puis ajouter le bouillon de volaille.
3. Cuire 25 minutes.
4. Mixer finement en incorporant un peu de beurre.
5. Vérifier l'assaisonnement et réserver au chaud.

### Pour les gaufres de pommes de terre :

1. Peler les pommes de terre, les râper et bien les essorer entre les mains. Il ne doit pas rester de liquide.
2. Dans un saladier, mélanger les œufs, la farine et la crème. Bien mélanger au fouet. Vérifier l'assaisonnement. Ajouter les pommes de terre essorées, le fromage et la ciboulette ciselée. Bien remuer le tout.
3. Beurrer les plaques du gaufrier et une fois qu'elles sont bien chaudes, déposer la préparation.
4. Fermer et cuire environ 8 minutes. Réserver au chaud et renouveler l'opération.

### Pour la viande :

1. Préchauffer le four à 80°C.
2. Dans une poêle, faire chauffer 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et une grosse noix de beurre. Y déposer la viande et la faire revenir sur toutes ses faces pour obtenir une belle coloration.
3. La mettre ensuite dans un plat et enfourner jusqu'à ce que la température à coeur soit de 52°C (environ 30 à 40 mn).
4. Dégraisser la poêle utilisée pour saisir la viande, remettre un filet d'huile et y faire revenir les échalotes ciselées, sans coloration. Déglacer ensuite avec le vin blanc, faire réduire puis ajouter la moutarde. Bien mélanger et incorporer la crème. Porter à petite ébullition pour épaissir légèrement. Rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.
5. Quand la viande est à température, la couper en quatre pavés.
6. Sur chaque assiette, mettre une gaufre de pomme de terre surmontée d'un pavé de bœuf. Recouvrir de sauce. Déposer trois petites quenelles de mousseline de carottes et déguster aussitôt.