

Auteur: Andreas Miessmer
Durée de préparation: 45 minutes
Temps de cuisson: 37 hours



Ingredients

Pour 8 personnes

Pour la farce (sous vide) :

100 g de haricots nains coupés en morceaux de 5 cm de large sel
1 brin de sarriette
100 g de bâtonnets de carottes de 5 cm de long
1 pincée de sucre
8 petites CC de moutarde de Dijon
16 fines tranches de poitrine fumée

En outre (sous vide) :

8 Paupiettes de bœuf de 160 à 180 g
Sel, poivre du moulin
ficelle de cuisine
6 CS d'huile de friture végétale
3 CS de concentré de tomates
400 ml de vin rouge
400 ml de fond de bœuf ou de veau
féculé pour lier la sauce

Épices :

1 clou de girofle
2 grains de piment
8 grains de poivre
1 feuille de laurier

Préparation

Commencer par faire blanchir les haricots brièvement à l'eau salée et passer à l'eau glacée. Placer côte à côte dans un sachet de cuisson et assaisonner avec du sel et de la sarriette.

Emballer les bâtonnets de carotte, assaisonner avec respectivement une pincée de sel et de sucre et conditionner les deux sortes de légumes sous vide à 100 %. Faire cuire ensuite les carottes et les haricots au bain sous vide à 80 °C pendant 30 minutes. Ensuite, passer à l'eau glacée.

Lorsque les légumes sont cuits, les paupiettes peuvent être farcies. Pour ce faire, étaler les paupiettes, les sécher en tamponnant et enduire d'une fine couche de moutarde. Garnir de 2 tranches de lard chacune. Sortir les légumes une fois cuits du sachet et les répartir sur les paupiettes. Replier légèrement les bords latéraux de la viande et enrouler en paupiettes. Mettre en forme avec de la ficelle de cuisine et fixer. Saler et poivrer l'extérieur, faire chauffer l'huile dans une casserole et faire revenir les paupiettes de tous les côtés puis les sortir.

Faire refroidir la viande au réfrigérateur.

Entretemps, faire revenir le concentré de tomates dans le jus de cuisson et mouiller avec un peu de vin rouge. Faire griller la tomate plusieurs fois de suite et mouiller avec le vin. Couvrir avec le fond de veau et ajouter les épices pilées dans un mortier. Faire réduire le bouillon de moitié, laisser refroidir et ajouter ultérieurement aux paupiettes par portions dans des sachets de cuisson. Conditionner les paupiettes sous vide à 100 %.

Faire cuire environ 37 heures à 67 °C au bain sous vide. Passer ensuite à l'eau glacée et réserver au frais.

Au moment de la préparation, faire réchauffer dans le sachet, verser le bouillon du sachet dans une petite casserole, faire réduire légèrement et lier avec un peu de féculé mélangée à de l'eau. Faire réchauffer les paupiettes brièvement dans ce mélange sans faire bouillir, et servir.