Sous vide steak

Auteur: Effilee
Durée de préparation: 30 minutes
Temps de cuisson: 15 minutes

Ingredients

2 steaks de 200 g (entrecôte)
sel
poivre
2 CS d'huile d'olive

Préparation

Parer les steaks, saler, poivrer et conditionner sous vide individuellement.
Faire cuire 15 minutes au bain sous vide à 60 °C.

Sortir du sachet et faire revenir très brièvement à la poêle à température très chaude. Laisser reposer quelques minutes et servir.

Cette recette, extraite du numéro de novembre/décembre 2010, a été mise aimablement à notre disposition par EFFILEE.