Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Emincé de boeuf cru à la poire et au sésame

Ingrédients

Préparation

mise en place :
émincer le boeuf en fines tranches, et puis en fines lanières. Peler et couper 2 poires japonaises et 2 pommes en deux, enlever le trognon, les poser sur le côté plat, couper de fines tranchettes, recouper ces fines tranchettes perpendiculairement pour obtenir de très fins batonnêts.
Couper les jeunes oignons en fines tranches. Emincer la coriandre grossièrement.

Mettre le tout au frigo 1H

Mélanger le boeuf avec les jaunes d'oeufs (le blanc ne sera pas utilisé), du sel marin, poivrer.
Faire chauffer une poele à vif, sans matière grasse et y faire brunir rapidement les graines de sésame. Réserver.
Mélanger délicatement les poires, pommes avec le boeuf, rajouter quelques cuillères d'huile de sésame, vérifier l'assaisonnement (sel et poivre), éventuellement rajouter un jaune d'oeuf pour l'onctuosité.
Rajouter la moitié des graines de sésame à ce mélange.

Dresser dans des emporte pièce sans trop écraser la préparation, elle doit rester aérée, saupoudrer de sésame et de coriandre (une pincée en garniture)

Notes :