

La bavette au beurre thym-orange de Kathrin

Pour 4 personnes

Bavette

2	steaks de bavette d'environ 600 g
2 cs	d'épices pour viande
2 cs	de moutarde
2 cs	de miel
1 cs	de graisse à rôtir

Préchauffer le four à 80 °C. Assaisonner la viande et la faire mariner dans la moutarde et le miel. Faire chauffer la graisse à rôtir dans une poêle et saisir la viande pendant une minute de chaque côté. Déposer la viande dans un plat à gratin et cuire au four pendant 20 à 30 minutes à basse température. Sortir la viande du four, la couper en fines tranches et servir avec le beurre aromatisé.



(Photo : Jasmin Sprecher)

Beurre thym-orange

100 g	de beurre
1	orange, zeste et jus
2	brins de thym effeuillés
	sel et poivre

À l'aide d'un fouet, mélanger tous les ingrédients de manière à obtenir un mélange onctueux, étaler sur du papier sulfurisé et former un rouleau, mettre au frais.

Accompagnement

Pour accompagner : des pommes de terre au four et de la salade verte à la roquette

Livre de cuisine « Kathrins Natura-Beef Fleischküche »

Paysanne bio et gagnante de la cinquième saison du pendant suisse alémanique de l'émission « Dîner à la ferme », Kathrin Sprecher est connue pour son art culinaire. Elle a créé un recueil de 54 recettes à base de Natura-Beef dans la série « Landfrauen kochen » (Les paysannes cuisinent). À côté des recettes, l'ouvrage donne de nombreux conseils et informations sur la viande et l'élevage allaitant. Il peut être commandé sur le shop de notre site internet (en allemand seulement).