



BOEUF A LA FICELLE

Préparation

1. Faire bouillir de l'eau salée dans une grande casserole.
2. Attacher une ficelle autour du rumsteck, fixer la ficelle au manche d'une cuillère en bois suffisamment longue pour être posée en travers de la casserole.
3. Quand l'eau bout, placez le pavé de rumsteck de manière à ce qu'il baigne complètement et librement sans toucher aucune paroi de la casserole pour la cuisson.
4. Compter 23 minutes précisément. (La viande doit balancer sans contrainte au gré du bouillonnement de l'eau). Ecumez au fur et à mesure.
5. Egoutter votre viande et la poivrez chaque face de la viande.
6. Découpez la viande en fines tranches.
7. Préparer la sauce :
Réduire le cidre, vinaigre, échalote, l'estragon, le poivre jusqu'à une purée
Monter avec les jaunes un sabayon, ajouter votre beurre, clarifier doucement.
Servir la sauce à part.



pour 4/6 personnes

Ingrédients

750 g de Rumsteck

Pour la sauce béarnaise au cidre :

**¼ de cidre brut
4 jaunes d'œufs
4 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
2 branches d'estragon haché
4 échalotes ciselées
300 g de beurre
Sel, poivre concassé**