

Côte de Boeuf

assaisonnée à coeur
du Chef Aurélien Poirot

Ingredients:

- 1 Côte de boeuf
- Romarin ou Thym
- Poivre
- Eau
- 5% Sel
- 1% Sucre



Instructions:

1. Assaisonner une côte de bœuf à cœur (ou toute pièces de viandes épaisses).
2. Attention il faut s'y prendre 48hr à l'avance !
3. Peser la viande et ajouter le même poids en eau, + 5% de sel, + 1% de sucre et une herbe ou une épice au choix (Conseils : poivre noir, romarin ou thym pour du bœuf ; curry, badiane ou cannelle pour un cochon ; sarriette ou cumin pour un gigot d'agneau).
4. Exemple : pour une pièce d'un kilo, il faudra faire bouillir 1 litre d'eau avec 50gr de sel (de mer) et 10gr de sucre, quelques grains de poivre et une belle branche de romarin.
5. Faire refroidir complètement ce mélange dans un grand récipient puis y plonger complètement la viande entre 24 et 36 heures selon l'épaisseur, ranger au frais.
6. La saumure va pénétrer la viande à cœur et y apporter tous les arômes et assaisonnements.
7. Au bout de 36h, sortir la viande de la saumure, l'essuyer à l'aide d'un linge propre ou d'un papier absorbant et la laisser « sécher » sur une grille au frais minimum 12 heures avant la cuisson.
8. Sortir la viande 1h avant la cuisson sur votre BeeGrill..