

## L'ART DU STEAK.

Je vous propose le steak de 3 façons, soit la bavette de boeuf, le steak au beurre des dieux et le steak vieilli.

Dans le cas du steak vieilli, la technique sera la même que le steak au beurre des dieux, par contre la cuisson de steak vieilli est généralement plus rapide.

### LA BAVETTE DE BOEUF

Marinade.

1/2 cup de moutarde Dijon

1/2 cup Moutarde de Dijon à l'ancienne

2-3 cs Miel

Jus d'un citron

Zest d'un citron

2cs Huile d'olive

3cs Épice à steak Montréal Bbq Quebec

2-3cs Sel

2-3cs Poivre

2-3 gousses d'Ail

Graines de sesame

Mariné idéalement 4 a 6 heures avant de cuire.

Réserver un peu de marinade pour badigeonner pendant la saisi.

Cuire en cuisson indirect jusqu'à environ 110f

Saisir en reverse sear donc pour finir la cuisson jusqu'à température interne de 130f

Emballé dans papier d'aluminium et laisser reposer 5-7 mins tranché contre le sens de la fibre.

### STEAK BEURRE DES DIEUX

Ingrédients

- Filet mignon en steak minimum 1 1/2''
- Un os de moelle séparé en deux sur la longueur

- 1 jaune d'œuf
- 4-5 tranches de bacon
- 250g de beurre
- 1 citron (jus 1/2 et zeste)
- 2-3cs origan frais haché
- 1cs thym frais haché
- 2 gousses d'ail
- 1cs de rub (mélange d'épices)
- 1 1/2oz de gin
- Sel et poivre

## BEURRE DES DIEUX

1- Prendre les os et les mettre dans un mélange d'eau et sel à 6% (ex: 1L d'eau pour 60g de sel) pour idéalement 2-3 jours, mais minimum 24h. Le but est de faire sortir le sang de l'os et ainsi avoir de la moelle bien blanche. Je l'ai fumé à froid 3-4h par la suite.

2- Pour le jaune d'œuf c'est l'autre étape qui est plus longue mais relativement simple. On va faire ce qu'on appelle le « cured egg yolk » donc je te conseille d'en faire plus d'un car ça se conserve un mois et c'est clairement des pépites d'or. Donc déposer le jaune d'œuf sur un lit de sel non iodé et sucre (3 part de sel pour une part de sucre) et recouvrir complètement du mélange et mettre au frigo pour 5 jours. Après 5 jours, passer sous l'eau froide (idéalement dans un bol) et éponger délicatement. Mettre au four à 150 pendant 1h45 et placer au frigo. Votre œuf est maintenant parfaitement « cured ».

3- Les deux premières étapes derrière nous le reste est rapide. C'est long mais sans trop de gestion et ça en vaut tellement la peine.

4- Faire cuire le bacon et haché au couteau.

5- Hacher l'origan, le zeste de citron et l'ail.

6 - Mélanger la moelle, le beurre, le jaune d'œuf cured râpé, le bacon et tous les autres ingrédients dans un bol. Passer au pied mélangeur

7 - Déposer sur une pellicule plastique et rouler aux extrémités pour faire un genre de gros bonbon.

8-Mettre au frigo minimum 2 heures.

## FILET MIGNON

1- Saler le steak entre 18 et 24h à l'avance et recouvrir dans une assiette d'une pellicule plastique.

2- Sortir le steak et tempérer environ une heure.

3- Saisir toutes les faces du steak à feu vif.

4- Poursuivre la cuisson à feu doux (environ 250f) et mettre une tranche du beurre sur le dessus.

À 115f, tourner ajouter un tranche du beurre sur l'autre côté.

5- Sortir à 127f et emballé pour le repos de 5 à 10 mins.

6- Manger, vivre une expérience.