

Cœur de bœuf poêlée sauce au vin d'épine

Ingrédients pour 2 personnes

- 2 tranches de cœur de bœuf
- 1 petit verre de vin d'épine
- 1 verre de crème liquide
- 1 morceau de beurre
- Sel et poivre



Préparation

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 5 à 10 minutes

- Faire fondre le beurre dans une poêle bien chaude, faire cuire les tranches de cœur selon votre goût à point ou saignantes, quelques minutes sur chaque face.
- Réserver les tranches dans le four préchauffé à 80°C
- Déglacer la poêle avec le vin d'épine, puis ajouter la crème. Saler et poivrer.
- Servir les tranches de cœur avec sa sauce.
- A servir avec une purée de pommes de terre ou une poêlée de légumes de saison.

Si vous n'avez pas de vin d'épine, vous pouvez utiliser du porto rouge ou blanc.