Difficulté : Moyenne Temps de préparation : 15 minutes Temps de cuisson : 40 minutes



ENTRECÔTE ET TIAN DE LÉGUMES

Tian de légumes fondants aux herbes de Provence, servi avec une entrecôte grillée à point.

- **Le Boeuf** est sélectionné par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant ainsi une viande d'exception, tendre et pleine de saveur.
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

LES INGRÉDIENTS



Entrecôte
200 grs



Courgette
1



Gousse d'ail
1



Tomate
1



Aubergine
1



Oignon
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Herbes de Provence
1



Huile d'olive
2 cs



Sel et poivre
selon votre goût

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Préchauffez le four à 180°C Sortez l'entrecôte du réfrigérateur environ 10 minutes avant cuisson pour qu'elle soit température ambiante.

ÉTAPE 2

Lavez, épluchez les légumes et coupez les en fines rondelles d'environ 3cm.

ÉTAPE 3

Frottez un petit plat individuel à gratin avec la gousse d'ail (ou hachez-la et laissez-la dedans), puis huilez légèrement le fond.

ÉTAPE 4

Disposez les rondelles de légumes debout et en alternant les couleurs dans le plat. Serrez-les bien. Arrosez avec l'huile d'olive, saupoudre d' herbes de Provence, sel et poivre.

ÉTAPE 5

Couvrez avec un papier aluminium ou un couvercle et enfournez pendant 35 à 40 minutes. Retirez le couvercle en fin de cuisson pour faire dorer légèrement.

ÉTAPE 6

Dans une poêle, chaude, faites cuire l'entrecôte 2 mn sur chaque face pour une cuisson saignante.

ÉTAPE 7

Servez l'entrecôte avec le tien et régalez vous.