

## *Des recette d'automne...*

### ROTI DE BOEUF MARINE AUX CHAMPIGNONS.

#### **Ingrédients pour 4 personnes, préparation 24h pour la marinade et 20 mn de cuisson :**

- 600 g de rôti de boeuf (c'est une viande maigre ;-)
- 200 g de champignons (c'est la saison)
- Marinade avec : sel, poivre, thym, laurier, oignon, ail, vinaigre, 1 carotte et 40cl de vin rouge.

#### **Préparation :**

Faire mariner la viande après l'avoir salée et poivrée dans le mélange vin et vinaigre avec thym, laurier, oignon, ail en purée, carotte en rondelles.

Au bout de 24 heures, préchauffer votre four th.7/210°C et faire cuire la viande égouttée dans un plat allant au four. Surveiller la cuisson, pas plus de 20mn. Le rôti doit être rouge à coeur, voir rosé selon votre goût de cuisson.

L"arroser pendant la cuisson avec la marinade mixée.

Pendant la cuisson, étuver les champignons, ajouter un peu de la marinade et porter à ébullition ; les glisser dans le plat de cuisson un peu avant de servir.

### **POIRE SOUFFLEE :**

#### **Ingrédients pour 4 personnes, préparation 40 mn. Cuisson 15mn**

- 4 grosses poires
- 6 cuillères à café de sucre
- 4 oeufs
- 2 cuillères à café de sucre glace

#### **Préparation :**

Préchauffer le four à 210°C (Th 7).

Couper les poires dans le sens de l'horizontal par la moitié. Retirer les pépins. Réservez les parties basses.

Peler la partie supérieure des fruits, passer la pulpe au mixer avec le sucre. Casser les oeufs en séparant les jaunes des blancs.

Mélanger la pulpe mixée avec les jaunes d'oeufs.

Monter les blancs et la moitié du sucre glace en neige ferme, les incorporer délicatement au mélange précédent.

Répartir la préparation dans les poires réservées, saupoudrer de sucre glace et enfourner pour 10 à 15 mn.

Servir aussitôt.