

Entrecôtes grillés au pesto d'amandes



Préparation : 20 mn

Cuisson : 10 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

2 entrecôtes épaisses
100 g de pousses d'épinards
1 bouquet de basilic
250 g de tomates cerises
50 g de parmesan râpé
1 gousse d'ail
50 g d'amandes pelées
5 cl d'huile d'olive + 1 c à s
Sel et poivre du moulin

Sortir la viande du réfrigérateur 1 h avant de la cuire pour la ramener à température ambiante.

Préparer le pesto en mixant le basilic avec les amandes, l'ail pelé et le parmesan.

Assaisonner puis mixer en ajoutant l'huile d'olive en filet.

Huiler légèrement les entrecôtes, les assaisonner et les cuire à la poêle 3 à 5 mn de chaque côté suivant l'épaisseur et la cuisson voulue.

Couper la viande en lanières et les répartir sur les assiettes. Garnir de tomates cerises et de pousses d'épinards et assaisonner le tout avec le pesto.

Vin conseillé : un Côtes-du-Rhône

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>