

Le coup de main: la sauce béarnaise

C'est l'estragon qui donne à ce grand classique son côté relevé. Pour réussir votre sauce béarnaise, il vous faut d'une part des ingrédients frais pour le goût, et d'autre part un fouet et une cuisson au bain-marie pour une consistance optimale.



1 Préparer les ingrédients.



2 Réduire, dans une casserole, le vinaigre à l'estragon, l'échalote, l'estragon et le poivre jusqu'à l'obtention d'une cuillerée à soupe de liquide.



3 Passer en écrasant soigneusement l'échalote et laisser refroidir.



4 Verser la réduction dans une casserole, puis déposer celle-ci dans un bain-marie. Incorporer les jaunes d'œufs au fouet.



5 Ajouter le beurre froid en portions. N'ajouter une nouvelle portion que lorsque la précédente est complètement fondue et procéder ainsi jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse.



6 Sortir de temps en temps la casserole du bain-marie, afin que la sauce ne devienne pas trop chaude. Ajouter l'estragon et assaisonner.



Silvia Amaidruz

est enseignante d'économie domestique et cuisinière passionnée. Elle gère une exploitation agricole avec son mari au Mont-sur-Lausanne.

En cas de question, de problème ou de suggestion dans le domaine culinaire, n'hésitez pas à contacter Silvia Amaidruz.

Producteurs Suisses de Lait PSL
Rédaction LE MENU
Weststrasse 10
3000 Berne 6
conseilsrecettes@lemenu.ch

Autres recettes pas à pas
à l'adresse

www.lemenu.ch/lecoupdemain

Sauce béarnaise

Pour 4–6 personnes

préparation: env. 30 min

	0,5 dl	de vinaigre à l'estragon
	1	échalote, hachée
	1 brin	d'estragon, effeuillé
quelques		grains de poivre noir, grossièrement concassés
	4	jaunes d'œufs
	200 g	de beurre de choix, froid, en morceaux
	1 brin	d'estragon, effeuillé et haché
		sel
		poivre de Cayenne

NOTES

■ Si la sauce tourne, ajouter immédiatement 1–2 cuillerées à soupe d'eau froide. Transvaser la sauce dans une jatte froide et la remonter.

■ Servir avec de la viande rôtie ou grillée et des légumes.

Sauce au beurre pour la chasse

Pour 4–6 personnes

préparation: env. 35 min

	0,5 dl	de vinaigre de vin rouge
	1	échalote, hachée
	2	baies de genièvre, hachées
quelques		grains de poivre noir, grossièrement concassés
	4	jaunes d'œuf
	200 g	de beurre de choix, froid, en morceaux
	1 cs	de marc ou de grappa
	100 g	de raisins noirs, coupés en deux, épépinés
	1 cc	de cannelle
		sel, poivre

1 Faire réduire le vinaigre, l'échalote, les baies de genièvre et les grains de poivre comme dans la recette de base. Passer au chinois, laisser refroidir.

2 Incorporer les jaunes d'œuf au fouet en suivant la recette de base, mélanger progressivement le beurre froid.

3 Ajouter le marc ou la grappa, ainsi que les raisins. Faire chauffer légèrement la sauce au bain-marie.

4 Assaisonner avec de la cannelle, du sel et du poivre.

