

Envie de bœuf ?

Tartare de Natura-Beef

Quelle que soit la recette – traditionnelle suisse ou style bistrot à la française – un bon steak tartare dépend surtout de la qualité de la viande. En Suisse, on l'apprécie haché très finement et accompagné de pain et de beurre. En France, on le déguste haché plus grossièrement et accompagné d'une salade et de pommes de terre au four.

Pour réussir un bon tartare, nul besoin de filet. Un morceau de rumsteck, un peu moins cher, s'y prête aussi très bien. Les steaks à la minute sont parfaits pour cela et séduisent par leur texture fine et leur arôme de bœuf prononcé, idéal pour une préparation crue.

Comme tous les ingrédients – de la viande au jaune d'œuf – sont servis crus, il faut accorder une attention particulière à leur fraîcheur et à leur provenance. Vous trouverez la viande Natura-Beef, issue de l'élevage de vaches allaitantes et au pâturage, au rayon [boucherie de Coop](#) ou [dans un magasin de ferme](#) près de chez vous.



Un plat estival qui ravira les gourmets : un tartare de Natura-Beef préparé avec des steaks à la minute, accompagné d'une salade verte et de pommes de terre au four. (Photo : Karin Zimmerli)

Ingrédients pour 2 personnes

- 300 g de steaks à la minute Natura-Beef
- 1 jaune d'œuf frais
- 1 petite échalote
- 1 cs de câpres
- 2 cornichons
- 1 cc de moutarde de Dijon (forte)
- 1 cc de sauce Worcestershire
- quelques gouttes de Tabasco
- 1 cs de fines herbes (selon les goûts)
- sel
- poivre noir
- un peu d'huile

Préparation

Couper la viande en petits dés de la taille souhaitée. Hacher très finement l'échalote, les câpres et les cornichons. Mélangez le tout avec la moutarde, la sauce Worcestershire, le Tabasco et quelques gouttes d'huile. Rectifier l'assaisonnement.

Dresser sur des assiettes et déposer les jaunes d'œufs par-dessus. Servir avec une salade verte en vinaigrette, accompagnée de toasts ou de pommes de terre au four. Un vin blanc sec équilibre les arômes épicés de la viande et apporte une note de fraîcheur.

Source de la recette : Vache mère Suisse