



**PassionFroid**  
groupe pomona

# FICHE RECETTE

Mise à jour : 30/09/2020

## Ribs de bœuf charolais affiné, coco et cédrat



Budget :



### Ingrédients pour 10 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
	Ribs de boeuf	3,5 Kilo
	Trio de girolles, mousserons et chanterelles	1,7 Kilo
	Mini carotte	300 Gramme
20087	Echalote coupée 500 g PassionFroid	50 Gramme
	Ciboulette	50 Gramme
	Lait de coco	30 Centilitre
	Cacao	20 Gramme
	Orange	0,25 Pièce Unitaire
	Cédrat	0,1 Pièce Unitaire
	Huile d'olive	20 Centilitre
	Brin de romarin	1 Pièce Unitaire
	Sel et poivre	PM

### Recette

1. Marinade : dans un bac gastro, mélanger le lait de coco, le cacao concassé, des échalotes ciselées, quelques quartiers d'oranges, des rondelles de citron Cédrat, un brin de romarin. Assaisonner (sel/poivre)
2. Cuisson : rôtir les ribs de bœuf à la poêle. Assaisonner. Mettre en poche sous-vide avec la marinade. Cuire au thermo-plongeur en bain-marie, pendant 2h30 à 59°C
3. Garniture : cuire de façon traditionnelle à la poêle, le trio de champignons et les mini carottes avec de l'huile d'olive, des échalotes et de la ciboulette. Rectifier l'assaisonnement. Réserver