

## Filet Wellington, pak choï et sauce maltaise



Mise en place et préparation: 1,5 heure  
Cuisson au four: env. 50 min  
pour 6 personnes

---

250 g de farine  
1 cc de Sel des Alpes  
160 g de beurre, en morceaux, froid  
1 dl d'eau

---

1 cs de beurre à rôtir  
½ cc de Sel des Alpes  
poivre du moulin  
800 g de filet de bœuf

---

1 cs de beurre à rôtir  
150 g de champignons de Paris, hachés finement  
1 échalote, hachée finement  
½ bouquet de persil, haché finement  
100/150 g de foie gras d'oie (p. ex. Fine Food Coop), en dés d'env. 1 cm  
1 cs de Cognac  
1 cc de Sel des Alpes  
poivre du moulin

---

100 g de jambon cru, en fines tranches (p. ex. Fine Food Coop)  
1 œuf et 1 cs de crème, battus

---

600 g de pak choï, coupés en deux  
2 cs d'huile

¼ cc de graines de coriandre, écrasée

1 cs de jus de citron

½ cc de Sel des Alpes

1. Mélanger la farine et le sel dans un bol, ajouter le beurre, sabler du bout des doigts en une masse grumeleuse homogène. Ajouter l'eau, rassembler rapidement en une pâte sans pétrir, aplatir, mettre au frais, à couvert env. 30 minutes.
2. Chauffer le beurre à rôtir dans une poêle. Baisser le feu. Saler et poivrer la viande, saisir sur toutes les faces, retirer, réserver à température ambiante.
3. Faire fondre le beurre à rôtir dans la même poêle pour la farce, y faire revenir les champignons, l'échalote et le persil env. 15 minutes, jusqu'à réduction complète du liquide. Laisser refroidir dans un bol, incorporer le foie gras et le cognac, sale et poivrer.
4. Abaisser sur un peu de farine ¾ de la pâte en rectangle d'env. 45 x 30 cm, poser le jambon cru dessus, en laissant des bords libres d'env. 4 cm. Dorer les bords avec un peu de jaune d'œuf. Etaler la farce sur le jambon cru, poser la viande dessus, replier les bords de pâte dessus et poser sur une plaque chemisée de papier cuisson avec l'ouverture vers le bas. Bien presser la pâte sur les bords, en laissant en bord d'env. 4 cm. Dorer à l'œuf, décorer avec les restes de pâte, dorer également avec l'œuf. Piquer à la fourchette.
5. Cuisson: env. 30 min au milieu du four préchauffé à 200° C. Baisser la température à 170° C. Poursuivre la cuisson env. 10 minutes. Eteindre le four, laisser la porte entrouverte, poursuivre la cuisson dans le four éteint env. 10 minutes.
6. Mélanger le pak choï avec l'huile, la coriandre, le jus de citron et le sel dans un bol, mettre sur une plaque chemisée de papier cuisson.  
Cuisson au four: env. 20 min au milieu du four préchauffé à 220° C.

### Sauce Maltaise

1 dl de porto

1 orange, le zeste et le jus

½ dl de vinaigre de pomme

1 échalote, hachée finement

3 tiges de persil

6 grains de poivre noir, écrasés

1 œuf frais

¼ cc de Sel des Alpes

120 g de beurre, froid, en morceaux

Sel à l'ancienne

poivre du moulin

1. Laisser réduire à env. 2 cs le porto avec le reste des ingrédients, grains de poivre compris dans une petite casserole, filtrer dans un petit bol, laisser refroidir.
2. Ajouter l'œuf et le sel à la réduction, fouetter avec les fouets du batteur électrique au dessus d'un bain-marie chaud env. 3 minutes. Ajouter le beurre par portions en remuant. Remuer jusqu'à ce que la sauce soit crémeuse, saler et poivrer, servir de suite.