

Ingredientes

Filé Mignon - 2.5 quilos

Manteiga - 85 gramas

Conhaque (para flambar) - 3 cálices

Molho inglês - 2 colheres de sopa

Mostarda Dijon - 2 colheres de sopa

Caldo de carne já reduzido - 200ml

Molho de tomate - 200ml

Salsinha picada - 4 colheres de sopa

Sal - a gosto

Pimenta do reino moída na hora - a gosto



Autora: Sandra Assumpção
25 de dezembro de 2013

Modo de preparo

1. Bata os filés, para ficarem finos. Tempere com sal e pimenta-do-reino.
2. Numa frigideira grande, aqueça bem a manteiga, junte os filés e frite-os ligeiramente, dos dois lados.
3. Flambe com o conhaque, depois adicione o molho inglês e a mostarda.
4. Incorpore o caldo de carne e o molho de tomate. Polvilhe a salsinha e deixe reduzir por cerca de 5 minutos.
5. Retire os filés e reserve-os em pratos previamente aquecidos. Por cima, disponha metade do molho. Misture o arroz cozido ao molho quente que ficou na frigideira e divida nos pratos, ao lado dos filés. Sirva imediatamente.