

Medalhão de Filé Mignon com Cebolas Pequenas e Batata Frita



A receita é colocar em um único prato medalhões de filé mignon, cebolas pequenas e batata fritas com cobertura de mussarela e queijo

ingredientes

- 1 peça de filé mignon
- Cebolas pequenas - Quantidade desejada
- Batata palito - Quantidade desejada
- Mussarela - Ralado
- Queijo prato - Ralado
- Tempero verde ou outro como desejar
- Sal a gosto
- Alface
- Tomates
- 1 colher de manteiga
- 1 pitada de tempero verde ou outro como desejar

modo de preparo

- Limpe a peça do filé mignon retirando as gorduras em excesso. Corte em medalhões da grossura de 1 dedo.
- Passe tempero verde e reserve.
- Caso queira pode utilizar outros tipos de temperos.
- Descasque as cebolas e corte-as pela metade.
- Regue com um fio de azeite e uma pitada de pimenta do reino.
- Reserve.
- Esquente a chapa ou frigideira deixando bem quente.
- Não coloque óleo e nem azeite. A própria carne soltará líquido.
- Coloque os medalhões até ficarem dourados em cada lado.
- Só vire uma vez de cada.
- Pelo contrário ele acumulará água.
- Nesse processo a carne ficará no ponto.
- Em paralelo comece a fritar a batatas, em óleo bem quente.
- Muito cuidado para não se queimar.
- Faltando alguns minutos para carne ficar boa coloque as cebolas para fritarem junto a carne.
- Cuidado para não queima-las.
- Para dar um gostinho mais forte coloque molho inglês.
- Não esqueça que molho inglês é salgado.
- Finalizado, retire a carne e cebolas.
- Reserve-os.
- Quando as batatas estiverem no ponto, retire-as, coloque em papel toalha para escorrer o óleo.
- Aplique a mussarela e queijo prato ralado em cima da batata.
- Para o prato ficar um pouco light faça uma salada simples, com alface e tomate.
- Ainda com a carne quente, pegue 1 colher de manteiga e misture com um pouquinho de tempero verde.
- A idéia é que a manteiga fique temperada para ser colocada em cima da carne.
- Dará um gostinho especial na carne.
- Pronto, agora só montar o prato.

Fonates

<http://gshow.globo.com/receitas/medalhao-de-file-mignon-com-cebolas-pequenas-e-batata-frita-500ef2a54d3885714b00004e>

http://vivendoaexperiencia.blogspot.com.br/2011_04_01_archive.html