

Salisbury Steaks avec Purée de Pommes de Terre à l'Ail et Sauce aux Champignons

Les Salisbury Steaks, un pilier de la cuisine américaine, sont bien plus qu'un simple plat de viande hachée. Leur histoire remonte au XIXe siècle, lorsque le Dr. James Salisbury, un médecin passionné par la diététique, a popularisé ce plat pour ses supposées vertus santé. Aujourd'hui, les Salisbury Steaks sont devenus un classique réconfortant, souvent associés aux repas de famille et aux dimanches cocooning. Leur succès réside dans leur simplicité et leur capacité à combiner des saveurs riches et savoureuses qui plaisent à tous.

Ingrédients :

Salisbury Steak

500 g de viande hachée de bœuf
50 g de chapelure
1 œuf
2 c. à soupe de sauce Worcestershire
1 c. à café de poudre d'ail
Sel et poivre au goût
2 c. à soupe d'huile d'olive
1 kg de pommes de terre, épluchées et coupées en morceaux
3 gousses d'ail, épluchées
125 ml de lait
50 g de beurre
Sel et poivre au goût
1 oignon moyen, émincé
250 g de champignons, tranchés
2 c. à soupe de farine
500 ml de bouillon de bœuf
1 c. à soupe de sauce Worcestershire
Sel et poivre au goût
2 c. à soupe d'huile d'olive (si nécessaire)

Préparation :

Dans un grand bol, mélangez la viande hachée, la chapelure, l'œuf, la sauce Worcestershire, la poudre d'ail, le sel et le poivre. Formez 4 steaks ovales avec le mélange.

Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen-élevé. Ajoutez les steaks et faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient dorés des deux côtés, environ 4-5 minutes par côté. Retirez-les de la poêle et réservez.

Placez les pommes de terre dans une grande casserole et couvrez-les d'eau. Portez à ébullition et faites cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres, environ 20 minutes. Ajoutez l'ail dans la casserole pendant les 5 dernières minutes de cuisson. Égouttez les pommes de terre et l'ail, puis remettez-les dans la casserole. Ajoutez le lait, le beurre, le sel et le poivre. Écrasez jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse.

Dans la même poêle utilisée pour les steaks, ajoutez de l'huile d'olive si nécessaire. Ajoutez l'oignon et les champignons et faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres, environ 5 minutes. Saupoudrez la farine sur les champignons et les oignons, en remuant pour bien enrober. Ajoutez progressivement le bouillon de bœuf et la sauce Worcestershire, en remuant constamment. Faites cuire jusqu'à ce que la sauce épaississe, environ 5 minutes. Assaisonnez avec du sel et du poivre.

Remettez les steaks dans la poêle, en nappant de sauce. Laissez mijoter encore 5 minutes pour réchauffer les



Servez les Salisbury Steaks avec une généreuse portion de purée de pommes de terre à l'ail, le tout nappé de sauce aux champignons et aux oignons. Régalez-vous avec ce plat réconfortant et savoureux ! Vous pouvez aussi le servir avec des tagliatelles fraîches et/ou des légumes.