



Daube provençale

Ingrédients pour 5 personnes :

- 800 gr de viande de bœuf
- 2 oignons
- 1 carotte
- 3 gousses d'ail
- 125 gr de lardons
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomates
- du vin rouge (j'ai utilisé 4 dl de vin local)
- sel et poivre
- bouquet garni
- huile d'olive

La veille, commencer par couper la viande en cube. La mettre dans un saladier. Mettre avec les oignons épluchés et coupés en quarts, l'ail épluché et la carotte épluché et coupé en morceaux.

Saler et poivrer, et ajouter le bouquet garni. Recouvrir de vin rouge (il m'a fallu 4dl). Laisser mariner jusqu'au lendemain en remuant de temps en temps. Mettre au frigo.

Filtrer la marinade à l'aide d'un chinois et laisser égoutter la viande quelques minutes. Faire chauffer de l'huile dans une cocotte et mettre la viande à dorer de tous les cotés. Ensuite mettre de côté la viande. Mettre les lardons à suer quelques minutes dans la cocotte, ajouter les oignons de la marinade coupés en morceaux plus petits ainsi que les carottes, l'ail et le bouquet garni. Remettez la viande dans la cocotte, verser le vin de la marinade par-dessus et rajouter le concentré de tomates. Rectifier l'assaisonnement et laisser mijoter à feu très doux avec un couvercle pendant 4 à 5 heures. Servir avec des pommes de terre.