

# Paprikas

*Cuisine d'ici et d'ailleurs*

## DAUBE DE JOUE DE BOEUF AUX POIS CHICHES

Pour 2 personnes



**Préparation : 30 mn**

**Cuisson : 45 mn**

### Ingrédients :

- 500 g de joue de boeuf
- 250 g de pois chiche
- 1 petit oignon râpé
- 1 bouquet garni
- 3 gousses d'ail hachées
- 1 petit bâton de cannelle
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère et demie de paprika
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe d'huile végétale
- Sel et poivre
- 450 ml d'eau

### Préparation :

La veille, faites tremper les pois chiches dans de l'eau froide et les laisser dans l'eau toute la nuit.

Le lendemain juste avant la préparation de votre plat, égouttez-les.

Dans une marmite, mettez l'oignon râpé, les gousses d'ail hachées, le bâton de cannelle, le cumin, paprika, les huiles, sel et poivre, mélangez. Faites revenir le tout sur feu doux pendant 5 minutes.

Ajoutez la joue de boeuf coupée en gros cubes. Faites les saisir 2 mn avec l'oignon puis ajoutez, les pois chiches, le bouquet garni et l'eau.

Mettez le couvercle et laissez mijoter sur feu doux à moyen pendant 45 mn. Vérifiez la cuisson de temps en temps.

Servir chaud.

[www.paprikas.fr](http://www.paprikas.fr)

