

Mijoté de bœuf à la tomate et aux oignons



Préparation : 15 mn

Cuisson 2 h 30 (plutôt 3 h 30)

Les ingrédients pour 4/5 personnes

1 kg de bœuf à braiser (paleron)
1 kg de tomates mûres
3 gros oignons
1 cube de bouillon de bœuf
2 gousses d'ail
400 g de pulpe de tomates en boîte
1 c à s de curry en poudre
2 c à s d'huile d'olive
4 brins de thym
Sel et poivre du moulin

Tailler le bœuf en gros cubes

Laver et couper les tomates en morceaux. Peler et émincer grossièrement les oignons et l'ail. Émietter le cube de bouillon dans 50 cl d'eau et faire chauffer jusqu'à dissolution complète.

Dans une cocotte faire revenir la viande dans l'huile d'olive à feu moyen jusqu'à ce que les morceaux soient dorés de tous côtés. Faire blondir les oignons. Verser le bouillon et ajouter la pulpe de tomates, l'ail et les tomates en morceaux. Assaisonner, mettre le thym et le curry en poudre. Mélanger et faire mijoter à couvert à feu doux pendant 3 h environ en remuant de temps en temps. Il faut que la viande soit fondante (plus la viande cuira meilleure elle sera). Servir bien chaud.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>