

Boeuf braisé aux carottes



www.audalacuisine.com

✓ Ingrédients

pour 6 personnes :

- 1,5 kg de viande de boeuf à bourgignon (paleron ou jaret sans os)
- 2 oignons
- 10 carottes
- 75 cl de vin rouge
- 1 l de bouillon de boeuf (ou 1 bouillon cube + 1 l d'eau)
- 1 bouquet garni (ou 1 bouillon cube bouquet garni)
- 90 g de beurre
- 65 g de farine
- 200 g de lardons fumés
- huile d'arachide
- sel, poivre



✓ Préparation :

Coupez la viande en morceaux, salez et poivrez. Épluchez les oignons et les carottes et coupez-les en dés.

Dans une cocotte, faites chauffer à feu très vif l'huile d'arachide. Faites sauter les oignons et les carottes pendant 2 à 3 minutes. Retirez-les de la cocotte et réservez.

Ajoutez un peu d'huile d'arachide dans la cocotte si nécessaire et faites dorer les morceaux de boeuf en 2 ou 3 fois pendant 5 à 10 minutes.

Dans la cocotte, assemblez la viande, les légumes, le vin, le bouillon et le bouquet garni. Salez, poivrez et portez à ébullition. Couvrez et laissez cuire à petit feu pendant environ 2 heures. Dégraissez de temps en temps.

Dans une poêle, faites dorer les lardons pendant 2 à 3 minutes.

Égouttez la viande et les légumes et mettez le jus de cuisson de côté.

Préparez un roux : Dans la cocotte, faites fondre le beurre. Ajoutez la farine et mélangez à l'aide d'un fouet. Portez le roux à ébullition puis faites-le cuire à feu doux pendant 3 minutes. Versez le jus de cuisson sur le roux tout en fouettant pour obtenir une sauce homogène. Rectifiez l'assaisonnement.

Replacez la viande, les légumes et les lardons dans la sauce et prolongez la cuisson de 5 minutes. Supprimez le bouquet garni. Servez bien chaud accompagné de pâtes fraîches.

www.audalacuisine.com