

Estouffade de boeuf à la crème d'anchois

Préparation 20 mn

Cuisson 3 à 4 h suivant la viande

Les ingrédients pour 6 personnes :

1,2-1,4 kg de gîte (ou jarret) sans os)

1 oignon

2 gousses d'ail

3 carottes

1 bouquet garni

50 g de beurre

1 belle c à s de farine

50 cl de vin blanc sec (j'en compte 1 bouteille)

6 filets d'anchois à l'huile (j'en ai mis 12)

20 cl de crème liquide

Sel et poivre du moulin

Couper la viande en morceaux de 5 cm de côté. Tailler l'oignon pelé en quartiers. Peler et émincer l'ail. Éplucher les carottes et les couper en rondelles. Enfin tailler les filets d'anchois en morceaux de 1 cm.

Dans une cocotte faire fondre le beurre et y faire dorer la viande de tous côtés. Saupoudrer de farine et mélanger pour bien enrober la viande. Ajouter ail, oignon, carottes, bouquet garni et anchois et, pour terminer, mettre le vin blanc, ne saler pas à cause des anchois. Porter à ébullition, couvrir la cocotte et laisser mijoter 3 à 4 h à très petit feu.

Au terme de la cuisson si le jus est encore très liquide, retirer le couvercle et laisser bouillonner quelques minutes. Verser la crème,, poivrer, goûter pour rectifier l'assaisonnement en sel.

Servir bien chaud avec des tagliatelles.

Dans la recette la cuisson est de 2 h 45 mais au bout de ce temps la viande n'était pas fondante, c'est pourquoi je mets 3 à 4 h de cuisson suivant la viande et j'ai donc ajouté du vin blanc en fonction de la cuisson. J'ai mis également plus d'anchois en fonction de mes goûts, à vous d'adapter suivant les vôtres.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>