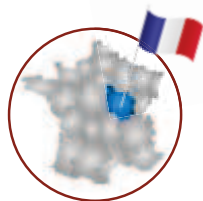


Boeuf bourguignon



Ingrédients

- 800 g de boeuf pour bourguignon
- 100 g de lardons
- 50 g de beurre
- 70 cl de vin rouge
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 bouquet garni
- 250 g de champignons de Paris
- Sel et poivre



Préparation

Hachez les oignons. Pelez l'ail.

Dans une cocotte minute, faites roussir la viande et les lardons dans le beurre. Ajoutez les oignons, les champignons et saupoudrez de farine. Mélangez et laissez dorer un instant.

Mouillez avec le vin rouge qui doit recouvrir la viande. Salez et poivrez. Ajoutez l'ail et le bouquet garni.

Fermez la cocotte minute. Laissez cuire doucement 60 minutes, à partir de la mise en rotation de la soupape.

Astuces de chef



• Il est primordial de sélectionner une viande à braiser de qualité : optez pour le paleron, la macreuse ou encore le gîte.

• Faites mariner votre viande 24h dans le vin rouge, c'est le secret d'un boeuf tendre et moelleux. Cette marinade parfumerait votre morceau de viande. Ajoutez des oignons, une carotte, des épices (clous de girofle, thym, laurier). Le lendemain, égouttez votre viande et préparez-la suivant la recette. Pensez à bien recueillir le jus de votre marinade.